中国儿童早期能力训练方案 0~3岁

[illegible] 著

ZHONGGUO ERTONG ZAOQI NENGLI XUNLIAN FANGAN

[illegible]

COAY Books

目录
Content

- 一、早教成功第一步：统一家庭早教认识（1）
- 一、早教成功第一步：统一家庭早教认识（2）
- 一、早教成功第一步：统一家庭早教认识（3）
- 序
- 一、新生儿的早期教育（1）
- 一、新生儿的早期教育（2）
- 一、新生儿的早期教育（3）
- 二、1~2个月婴儿的早期教育（1）
- 二、1~2个月婴儿的早期教育（2）
- 一、1岁~1岁6个月：孩子迈出第一步
- 二、1岁6个月~2岁：孩子动作更加自如（1）
- 二、1岁6个月~2岁：孩子动作更加自如（2）
- 三、2~3岁：孩子运动能力全面发展（1）
- 三、2~3岁：孩子运动能力全面发展（2）
- 一、1岁~1岁6个月：孩子被动语言时期（1）
- 一、1岁~1岁6个月：孩子被动语言时期（2）
- 二、1岁6个月~2岁：孩子被动语言向主动语言…（1）
- 二、1岁6个月~2岁：孩子被动语言向主动语言…（2）
- 三、2~3岁：孩子主动语言时期（1）
- 三、2~3岁：孩子主动语言时期（2）
- 四、1~3岁：孩子的早期识字训练（1）
- 四、1~3岁：孩子的早期识字训练（2）
- 四、1~3岁：孩子的早期识字训练（3）
- 五、1~3岁：孩子的早期英语学习
- 一、1岁~1岁6个月：孩子的积极探索求知期（1）
- 一、1岁~1岁6个月：孩子的积极探索求知期（2）
- 一、1岁~1岁6个月：孩子的积极探索求知期（3）
- 二、1岁6个月~2岁：孩子自我意识萌芽期（1）
- 二、1岁6个月~2岁：孩子自我意识萌芽期（2）
- 三、2~3岁：孩子进入“第一反抗期”（1）

- 三、2~3岁：孩子进入“第一反抗期”（2）
- 三、2~3岁：孩子进入“第一反抗期”（3）
- 三、2~3岁：孩子进入“第一反抗期”（4）
- 一、1岁~1岁6个月：孩子数学能力的早期表现
- 二、1岁6个月~2岁：孩子从生活中学习数学
- 三、2~3岁：孩子开始理解基本数学常识
- 四、走出早期教育的瓶颈

一、早教成功第一步：统一家庭早教认识（1）

有这么一个故事：

一百多年前，有个年轻的母亲带着孩子去请教大科学家达尔文。她问："先生，我的孩子应该何时开始教育？"达尔文反问道："你的孩子有多大了？"那位母亲说："他还小着呢，才两岁半。"这时达尔文惋惜地回答："夫人，你已经迟了两年半了。"

对于每一位父母来说，从孩子出生那一刻就希望他将来能成为一个健康、快乐、成功、幸福的人。为了实现这个愿望，当准妈妈怀上宝宝后，家庭里的所有成员就应该一同展开早教方面的学习和讨论，学习相关理论、知识、经验和具体操作方法了。

然而，现实生活中真正知道如何对孩子进行早期教育的家长并不多，其中一个重要因素就是家长在早教过程中没有正确、统一的思想认识。多数家长对早教的认识"似懂非懂"，有的甚至属于"早教盲"。因此，在宝宝出生前，准父母及将来要参与养育及教育工作的人都应该学习早教的基本知识。这是为了在孩子出生后进行早教时，大家能有一个较正确的早教理念，从而尽量减少在早教过程中的分歧，避免出现错误的早教观点和方法。

1.0~3岁是孩子早教的关键期

要想培养杰出的孩子，父母需要付出更多的精力、时间、资金进行早教，投入和产出是成正比的。美国哈佛大学教育研究院的怀特博士认为："如果一个3岁的幼儿在与学术有关的各方面，如语言和解决问题的技能上迟开窍6个月或更久一点时间，那么他就不可能在以后的学习经历中获得成功。"

经过20多年的早教实践工作，我发现8个月以前是开发孩子潜力的关键期；0~3岁是孩子身体发育及基本能力和素质培养的关键期。关于孩子早期潜能开发和能力培养，家长要根据婴幼儿的生理、心理特点，从新生儿起开始训练，在教育的过程中慢慢推进，循序渐进产生

影响，从而达到理想的目的。对于孩子的成长发育，家长要根据循序渐进的原则，时刻掌握好一个“度”，自然会取得你所希望的效果。

对于每位父母来说，要当好一名称职的“早教老师”，应多方面地学习前人的经验，根据自身的能力，采取与现实相结合的法则才最可取。本书是我20多年来，学习早教专家的成功经验，并结合自己的早教实践，总结出来的一些经验和方法，希望可以对读者有所帮助。我相信，各位父母只要将别人的成功经验用熟，并在自己的实践中逐渐完善、提高，一定可以形成自己独特的成功教子经验。

2.树大未必“自然直”

现实社会中，有很多家长怀疑甚至反对早教，提出所谓“树大自然直”的论调，认为孩子长大后自然就会懂事。在独生子女为主的现代家庭，孩子已经很少有兄弟姐妹之间或往来亲密的小朋友之间的同伴式交流，如果父母再不对孩子进行适当、合理的早教，很可能会让孩子坠入儿童潜能递减的境况。

所谓儿童潜能递减规律，是指假设儿童出生后有100分的潜在能力（即天才），如果一出生就进行合理的教育，那么他就能成为100分能力的人；如果从5岁开始教育，即使是很理想的教育也只能使他成为具有80分能力的人；如果从10岁才开始教育，他就只能成为具有60分的人。

要知道，今天的孩子未来将要面对高度文明、竞争激烈的社会，他们要面对的竞争不仅是学历和专业方面的，还有个人的教养、气质、自学能力、创造开拓能力等方面。如果没有良好的能力，是很难在竞争激烈的未来社会脱颖而出、有所作为的。

3.不可只依赖幼儿园

有些家长把教育完全寄托于幼儿园，我认为是不可取的。现实中很多幼儿园的幼教能力是十分有限的，甚至有些只能算是一个托儿所。即便是一些有名气、较正规的幼儿园，由于一个班有20个孩子，老师也难以对每个孩子一视同仁。孩子的“究理”高峰期出现在2岁左

右。所谓“究理”，就是爱提问——这是什么、那是什么、为什么……教育家陶行知对“究理”的阐释更加生动形象：“发明千千万，起点是一问。禽兽不如人，过在不会问。”事实证明，越聪明的孩子提问题越多，要想让孩子在幼儿园获得良好的究理指导有一定的困难，大部分老师有时只能给极少数孩子进行个别究理指导。而家长对孩子的早教是一对一的，可以最大限度地做到因材施教，满足和发展孩子的究理能力。

4.家庭早期教育应与正规教育有所区别

家长应该清楚家庭早期教育与正规教育是不同的。在大多数人的心目中，所谓“正规教育”是严格按学科划分，以课堂教学为主，讲究教学章节的严密性、系统性，要求学生理解、记忆并及时巩固，达到读准音、认清形、理解义、会书写（或默写），实行严格的考试、测验等。这种教育方法对孩子有一定的强制力和压力。

而我们这里所说的家庭早期教育，不是系统的文化知识教授，而是抓住生活中与孩子接触的每一瞬间，去教育和影响孩子。其教育特点是结合孩子生理、心理各年龄段的特点，在孩子的实际生活中，通过环境的耳濡目染来进行；其教育方法以启发孩子的学习兴趣为主，通过游戏的方式，从孩子经常接触的家庭环境、社会环境、自然环境中进行教学。家长通过自身的文化知识、修养、能力，以及生活中的各种情境来教育、影响、诱导孩子，使孩子在不知不觉中吸收各种知识和经验。

一、早教成功第一步：统一家庭早教认识（2）

5.婴儿的大脑已经准备好接受早教

生活中，有的家长怀疑："孩子这么小，能够接受教育吗？"有的家长担心："教早了会不会损害孩子的身体？"让我们带着这些问题来了解一下人体大脑的发育情况，看一看婴儿的大脑是否具备了接受早期教育的条件。

（1）人体的各部分发育中，大脑发育最快

虽然人在出生时，脑发育尚未成熟，但在外界刺激的不断作用下，2年后大脑基本可以完成它的生长过程。从脑重量的发展来看，出生第一年增长速度最快。新生儿脑重在350~400克左右，是成人脑重（约为1400克）的1/4；1岁时脑重约为出生时的两倍，达到成人脑重的1/2；2岁时达到成人脑重的3/4。由此可知，婴幼儿时期是脑重发展的最快时期。

（2）从大脑的结构看，新生儿的大脑结构在出生时已接近成人

新生儿大脑皮质与成人一样分为六层，脑神经细胞的数目也与成人一样多，约达140亿个。与成人所不同的是新生儿大脑皮质上的沟和回比成人浅，神经细胞体积小，呈分离状态，这时能发挥作用的脑细胞很少。孩子在出生后脑神经细胞急剧地生长出许多分支的树状突起，像"桥"一样，把细胞联系起来。随着这些神经细胞的联系日益增多，神经通路逐步畅通，大脑慢慢可以开始进行工作，这是婴幼儿可以接受早期教育的生理基础。

（3）从脑的机能来看，新生儿出生后就具有一系列的反射能力

新生儿从一出生就具有一系列的反射能力，如生下来就会吃奶（吸吮反射）、触动眼皮就会眨眼（眨眼反射）、手掌碰到东西会抓紧（抓握反射）等。这些都是无条件反射，是与生俱来的。出生10天左右的婴儿，由于神经细胞间已开始联系，就能在无条件反射的基础上建立条件反射，能适应新的、复杂多变的生活环境，如"抱起来就知

道找奶头”“吃惯甜水就不肯再吃无糖的水”等。这说明婴儿对外界的刺激有惊人的反应能力，并具有对新事物的学习能力，这些都表明婴儿已具备了接受早期教育的条件。

心理学家、教育家对早教进行研究发现，后天早期经验有利于改变人脑的组织，后天丰富或单调的生活环境，可以影响大脑皮质的厚薄与轻重，从而使脑功能也随之变化。正确的早期教育，非但不会影响孩子的正常发育，还能促进孩子大脑的发育和发展，使孩子身体健康、智力提高。

6.正确的早教可以激发孩子的“天才潜能”

儿童早期教育家卡尔·威特指出：孩子的天赋是有差异的，有的孩子少一点，有的孩子多一点，然而这种差异是有限的。如果父母实行可以把孩子的天赋发挥出来的有效教育，那么即使是天赋只有50的普通孩子，也有可能超过天赋为80的孩子。

美国早教专家塞德兹，从自己的实践经验中进一步指出：天才并不是只有少数人才有，而是人人皆有的。……为什么绝大多数的人最后还是只能成为庸庸碌碌的人呢？原因就在于后天教育不得法，使这种潜在能力大都未发挥出来。大多数人在潜能发展的高峰时期都没有受到有效的教育，或受到了错误的教育。

一、早教成功第一步：统一家庭早教认识（3）

“一对一”与“多对一”的早期教育模式

1.什么是家庭教育中的“一对一”与“多对一”

“一对一”和“多对一”是我在早教实践中总结出的一种家庭教育模式，其目的是以孩子的早教为中心，在以一位家长为主，其他家庭成员共同参与的管理模式下，分配、细化各个养育环节，使全体（多数）家庭成员用心地搞好家政、早教工作。“一对一”就是家庭早期教育主要负责家长（以下简称“一教”）针对孩子在0~3岁期间进行全面的早期教育。“多对一”就是除了一教能干的早教内容（一般是智体方面的培育）以外，家庭的其他成人，可根据每个人的能力或长处，共同来分担或辅助一教完成他没有精力和时间完成的所有其他早教工作（以下简称“多教”）。

生活中，有些家长只会“单打独斗”地一个人进行早教，不会管理、利用好多教，使自己长期处于“亚健康”状态。这种状态下，一个人很难长期、全面地坚持下来。就连早教大师老卡尔·威特都要将一些早教工作和与其相关的饮食、卫生等其他工作分配给他人去干，更何况我们每一位家长呢！合理安排每个家庭成员在早教过程中的工作，最大限度的发挥其作用，这样才能取得最好的早教效果。

2.“一对一”与“多对一”要相互配合

只有丰富多彩的生活，才能有效地增长孩子的见闻，发展孩子的智力，增强孩子的体质。所以家长要经常带孩子到户外去，到大自然中去，扩大孩子的活动范围，开阔孩子的视野，同时将孩子看到、听到的结合图书上的知识来教孩子认知事物，让孩子能多方面地接受知识、启迪智慧。这样既可增长知识，又能提高智力。同时，由于户外活动的增多，也提高了孩子的体能。一对一、多对一并不是单纯、机械的分工，而是以孩子为中心，以一个家长为主，其他家庭成员共同参与，在团结、合作、相互配合、相互交流中共同提高早教的质和

量，以实现成功早教的目标。一对一、多对一的早教模式是为了给孩子一个较高的人生起点和发展优势，为今后的幼儿园教育以及中小学教育打下良好的基础。

……

序

0~1岁的宝宝几乎对一切新鲜事物都会发生兴趣，这一时期被称为“儿童无意识适应性学习期”。宝宝在没有语言参与的情况下，能吸收父母给他灌输的各种信息和知识，所以父母要充分利用这段宝贵、短暂、难得的时间。

这个时期对宝宝早期能力的培养需要父母更加耐心、更有恒心地进行。这个时期有效的训练能开发宝宝的注意力、观察力、记忆力等能力，并对宝宝的大脑发育有高质量的促进作用。

有很多父母担心，这个时期开发孩子的早期能力会不会给孩子带来“用脑过度”“厌学”等问题。其实，当孩子感到“疲劳”时，他会“闹瞌睡”或自然而然地“呼呼大睡”，从而拒绝你“过度”的量，父母完全不必为此过于担心。

到了1岁以后，宝宝进入幼儿早期，由于他的活动范围扩大了，学习获得的内容也增加了，兴趣就有了选择性，心理上有自己的倾向，进入“趋向独立期”，会表现得不怎么听指挥了。此时，兴趣就成了孩子“唯一”的老师，他会拒绝兴趣以外的一切教育。这时再采用“灌输”的方法已为时过晚，也行不通，而且这种做法也是与早教完全背道而驰的，所以父母们一定要好好把握0~1岁宝宝能力培养的关键期。

一、新生儿的早期教育（1）

1.第一次早教从喂奶开始

孩子最早的教育主要依赖妈妈。对新生儿（即出生到满月）进行早期教育的主要内容，是由新生儿的生理、心理特点决定的。新生儿的大脑虽然还不能正常发挥作用，但是在心理的发展上已产生了最初的心理活动——感觉。我们可以从视觉、听觉、触觉、味觉、嗅觉等感觉中着手训练孩子，充分合理地刺激他的感觉器官。其中视觉与听觉的训练尤为重要，因为孩子以后学习语言与辨别事物都同这两个方面的感觉有非常密切的联系。

妈妈对新生儿的第一次早教是从喂奶开始的。对新生儿来说，触摸就是语言。妈妈温暖的皮肤是对宝宝有刺激的，他吸吮着妈妈的奶水，听着妈妈心跳的声音，看着妈妈微笑的脸，从妈妈的爱抚中感受温暖。同时，父母的抚摸或搂抱实际上是对孩子皮肤的一种刺激，而这种刺激能对孩子的情绪、情感等方面都具有良好的作用，它能促使孩子心理更为健康的成长。

2.宝宝的听觉很敏感

在喂孩子吃奶时，父母就好似孩子能听懂那样，以充满慈爱的面部表情，柔和温馨的声音与他讲话，如“宝宝睡醒了，宝宝在哪儿？噢，在这儿呀。”还可以念些儿歌，如“宝宝乖乖，把眼睁开，妈妈喂奶”等。给孩子换尿布时，父母也要握住他的小手或小脚，温柔地说话给他听，如“妈妈给宝宝换尿布了，真乖”等。

新生儿的小脑袋存储量惊人，并能辨别各种声音与气味，当这些要素重复出现时，宝宝就会作出反应。如听见自己熟悉的声音，他会停止哭泣，并能将高兴与不高兴明确地表示出来，高兴时就笑，不高兴时就会大声哭闹等。

当宝宝处在清醒、愉快的状态时，家长可为他发出小怪声，如模仿小狗叫声、大公鸡叫声、小鸭叫声或调羹敲杯声、敲盘声等，让他

听各种音乐（但要注意声音稍调小点）。

同时，古典音乐（旋律柔和的音乐）、现代轻音乐和儿童音乐也非常适合孩子听，声音最大限度不应超过70分贝。声音超过100分贝，将对孩子的听觉造成影响。

家长可利用给宝宝换尿布、喂奶、洗澡等机会和他说话，告诉他你正在做什么。当然，宝宝可能不能了解你所说的话，训练的目的是增强他的听觉能力以及储存语言的信息，同时进行感情交流，使他心情愉快，让他在比较丰富的语言环境中生长，这样有助于宝宝尽早熟悉语言。

3.洗澡是一种最好的触觉训练

新生儿喜欢水，因为在妈妈的子宫内他就是在温暖的羊水中漂浮着的。新生儿不怕水，还能把进入口中的水吐出，瞬时浸水也不会被呛住，这个反射也是在妈妈腹中就有的。所以，家长给婴儿洗澡不必过于担心水会流到宝宝面部。

洗澡是一种最好的触觉训练。新生儿在洗澡时全身可以接受到水、毛巾、浴液以及成人双手的刺激。

洗澡时要注意水的温度，成人应先用肘部试一试水温，不冷不烫即可。一般水温37℃与人体温度相同，但室温在10℃时，洗澡水要上升到38℃～39℃。新生儿对冷热的刺激反应还不够灵敏，应注意防止烫伤。

洗澡准备时和洗好后，要在新生儿的全身用手轻轻拍打，抚摸他的胸腹、背部肌肉和四肢。如果在新生儿时期不养成洗澡的习惯，宝宝到了三四个月后就会不肯下水洗澡了。

每天给新生儿洗澡，不仅有利于预防疾病、增进健康、养成好习惯，而且洗澡还是一种促进愉快情绪和触觉功能的训练。

一、新生儿的早期教育（2）

4.良好的睡眠有利于宝宝成长

由于新生儿的脑细胞发育尚未成熟，容易产生疲劳，所以新生儿大部分时间都处于睡眠状态。良好的睡眠能调整体况、消除疲劳，有利于机体的新陈代谢、促进生长发育。正常的新生儿所需的睡眠时间为18~22个小时。家长要注意和孩子的精神状态协调一致，尊重他的睡眠时间，如发现他睡意来时，应暂停对话和活动。

宝宝的睡眠时间：

- 新生儿：18~22个小时。
- 2~4个月宝宝：14~18个小时。
- 5~9个月宝宝：13~16个小时。
- 1~3岁宝宝：12~14个小时。

5.多做“体操”的宝宝情绪愉快

新生儿手脚活动是他最早的肢体活动，也是最初的体操。当小婴儿看到色彩鲜艳的玩具或对他微笑的面孔，听到悦耳的乐曲、歌声时，他就会手舞足蹈地表示他的兴奋和欢乐。这种全身性的运动，不仅可以发展宝宝身体的运动能力，活动四肢关节肌肉，促进新陈代谢，也有利于情绪愉快，促进心理健康发展。

6.光线、色彩可促进宝宝智力发展

新生儿出生几个小时后第一次睁开眼睛就开始对光有反应。小婴儿都喜欢看光亮、鲜明的东西，会分辨光明与黑暗。如将他抱到光亮的地方，他会张开眼睛盯着看，抱到黑暗的地方，他就会感到不安、手脚乱动。接近满月时，宝宝逐渐开始产生视觉的选择并注视活动的物体。如将红色光亮的物体与灰色暗淡的物体同时放在新生儿的眼前，他会注视红色的；无声不动的玩具与有响声能摇动的玩具同时放在他眼前，他会注视后者。

专家指出，光线和鲜明的色彩对婴儿智力发育之重要如同食物对胃一样。新生儿的眼睛尽早地接受适当的刺激，可使视觉细胞及感觉功能得到迅速发展，加强他们视觉系统的成熟和大脑细胞的发育，对婴儿的智力发展极为有利。父母可在新生儿醒着的时候，让他看着人脸和色彩鲜明、有声响的玩具，以此逗引他注视。

7.婴儿床就是宝宝的世界

婴儿床就是婴儿的小世界，家长可随时变换一下婴儿床的装饰，使它有利于孩子视觉的训练。如将各种彩色的塑料玩具（没有棱角的）或别的吸引注意力的东西，吊挂在床的左右两旁，距离以50~70厘米为宜，大玩具可以略高，小玩具略低，都可增加视觉的刺激。还可以把孩子抱起来，让他换一换环境。

一、新生儿的早期教育（3）

8.常听音乐好处多

给新生儿听音乐有两方面作用，一是为了培养他稳定愉快的情绪。父母可在睡前给孩子听催眠曲，在啼哭时给孩子听一些轻快柔和的乐曲。二是进行听觉训练。对新生儿来说，听觉刺激比视觉刺激影响更大。新生儿一生下来就能听到声音，而且会作出反应。父母不要因为新生儿会因响声而受到“惊吓”，就在屋里噤声。听觉刺激少会影响新生儿听觉细胞的发育和听觉功能的提高。

出生不久的婴儿，父母就可以让他听温柔优美的乐曲。速度舒缓、音量轻柔、音色优美的乐曲对婴儿较为适宜。播放音乐时，父母可面带微笑，轻轻地拉着孩子的小手，轻微地活动，这对培养孩子愉快的情绪十分有益。为催眠播放的音乐应该固定，如父母哼唱或播放《摇篮曲》可以让宝宝形成入睡的条件反射。

发展听觉是发展语言功能的前提。对新生儿的听觉训练，主要是通过听成人讲话和日常生活中的各种声音来实现的，其中妈妈讲话最重要。和新生儿讲话要面对着他，声调要有高有低、亲切温和，一般到2~3星期宝宝就会发出“哦哦”的声音来回答你了。刺激越多，宝宝的回答也会越多。讲话时，要让婴儿注视着成人的脸，还要注视口形变化，使他的视觉与听觉相协调。

9.笑得早的宝宝更聪明

从宝宝出生第一天起，父母就可以开始逗宝宝笑，摸一摸宝宝的小脸、胸脯、腋窝和脚心，一边逗弄，一边微笑，一边同他说话，让宝宝的嘴角上翘、面部松弛，露出笑容。宝宝经常笑会使面部的表情肌肉发达而丰满，更加可爱。宝宝会对某一个玩具发笑，会对父母做鬼脸发笑，每种原因都可能引起笑的条件反射。有专家指出：宝宝笑得越早就越聪明，因为大脑能早日形成条件反射，并能随着进入的信息建立更多的条件反射。如果宝宝老是不会笑，父母有必要带宝宝进

行专门的检查。经常笑的宝宝较少啼哭，父母好带。让宝宝经常笑，逐渐成为习惯，宝宝就会成为爱笑的快乐宝宝，容易与人交往。

10.喂奶时多与宝宝交流

对婴儿来说吃奶是很重要的生活内容，吃奶和很多条件刺激，如体位、语音、表情和场景相结合，孩子容易形成条件反射。

孩子吃奶时大多是在觉醒状态。开始喂奶5~10分钟内孩子会专注地吃奶，当快吃饱的时候他会睁开眼睛看看妈妈，有时会放开奶头对妈妈甜甜一笑，再吸吮奶头，好像和妈妈在交流什么。因此，喂奶时是与孩子进行情感交流的好时机。

父母要利用喂奶的时间和孩子多交流。在喂奶前，妈妈可以说："宝宝饿了吧？妈妈给你喂奶，让我准备一下，好吗？"在喂奶过程中，妈妈可以抚摸一下孩子的小手、小腿，将孩子的小手放在你的乳房上，或用他的手摸一摸你的脸颊，给他哼一些歌曲。当孩子快要吃饱时，妈妈可以更多地用眼神和孩子交流、和他说话，这样做可以使喂奶成为一件轻松愉快的事，在自由轻松的气氛中使孩子更快认识妈妈的面容，记住妈妈的声音，促进孩子的认识能力得到发展，同时建立母子依恋的感情。

二、1~2个月婴儿的早期教育（1）

1.宝宝开始对语言有反应

在一个月以前，父母可以讲话、唱歌给宝宝听，而他只是默默地接受毫无反应，待他两个月左右大时就不同了。父母会发现他开始试着和你讲话了，他的小嘴会发出“噢噢”“咿咿”的交谈声。

2.宝宝开始视觉指挥取物

大约在1~2个月，宝宝的另一种重要的发展——视觉指挥取物也发生了。研究者认为两个月大婴儿的视力至多能看到1.8~2.4米以内的物体，如果是在此距离以外移动着的物体，他就看不见了。这一时期，父母可在婴儿眼前摇响彩色的摇铃，并把摇铃慢慢地左右移动，吸引宝宝的注意力；或让他注视眼前的各种玩具和父母的面孔，同时用缓慢而清晰的声音对他说出玩具的名称和面孔是谁。此时宝宝的表情渐渐丰富起来，他会兴奋地挥动双臂双腿，或微笑或咯咯地笑出声。

当宝宝能看东西、摸东西时，就是视觉指挥取物行为发生之时。在这个时候，父母可买两双最小号且颜色鲜艳（红、黄、粉红）的婴儿袜子，将脚趾部分剪成洞，套在孩子的小手上，就变成两只没有手指部位的手套了，左右手颜色应不一样。

做这个训练时，父母应在宝宝身边，以防发生呼吸堵塞。这种自制的手套套在宝宝的小手上，可以促使他慢慢知晓这两只手是他的。婴儿眼看着自己一双会动的小手，会感到十分新奇。过去宝宝手的活动有限，有时只能在身体两侧活动，现在双手能达到胸前，眼睛能看到手。眼睛能看到手是手眼联系的第一步。

在孩子睡床上方约7.5厘米处悬挂一个色彩鲜艳的气球，父母一边用手轻轻触动气球，一边缓慢而清晰地对他说“宝宝看，大气球”或“气球在哪儿？”这样可以引导孩子用眼睛去看挂着的玩具。训练他逐渐学会用眼睛追随在视力范围内移动的物体。

悬挂的玩具不要长时间固定在一个地方，以免宝宝的眼睛发生对视或斜视。

3.哭是宝宝的一种独特语言

婴儿啼哭是很正常的事。当他感到饿了、冷了、湿了、生病了以及燥热、疼痛而不会用语言来表达时，只能用哭来表示，所以哭也是小婴儿的一种独特“语言”。在这里介绍几种无病哭的情况：

□饿了啼哭：饥饿时的哭声带有乞求感，如用手指触碰婴儿的面颊，他会立刻转过头来，并同时有吸吮动作。

□睡醒或吃奶后啼哭：哭时无泪，这多半是尿布湿了，要及时更换。

□有意向的啼哭：哭时头不停地左右扭转，当有人接近时哭声会停止，这表示要抱的意思。

□晚上啼哭：有的婴儿白天睡得很好，晚上哭闹不休。这是因为孩子出生后对自然环境不适应，黑夜和白天颠倒。父母应耐心地予以纠正。

□温度不适啼哭：过冷或过热也会使孩子哭吵，父母应经常摸摸孩子的手脚，如手脚欠暖，说明穿得过少，需适当增加衣服。还可摸一摸孩子的颈部，如有出汗，说明太热了。

□口渴啼哭：有时孩子口渴也会啼哭。父母只要注意一下孩子的口唇，如较干燥，喂些水孩子就不会哭了。

□疼痛啼哭：衣带上有异物或虫咬等原因刺痛孩子，孩子的哭声较尖。父母要仔细检查，及时排除异物，处理患处皮肤的症状。

一般而言，除了上述几种无病哭之外，还有就是不安、疲倦、寂寞或可能患了某种病症造成的啼哭。

二、1~2个月婴儿的早期教育（2）

4.提高注意力的秘密方法

宝宝的注意力维持时间是不断发展的。在宝宝4个月之前，注意力的表现主要集中在视觉方面。在大约4个月以后，孩子用手抓握和摆弄物体的能力发展起来，他的注意选择就不仅表现在视觉方面，而且还表现在够物、抓握、操作和运动方面。特别是6个月以后，随着孩子运动能力的发展，逐渐学会坐、爬，他注意的对象大大扩展了，这时可将孩子喜爱的玩具放在他面前，每次一件（组合件也可，如健身架挂件组合玩具），他不感兴趣了后更换玩具。在孩子全神注意观看玩具、玩弄玩具时，父母退到他看不见的地方，继续观察他，此时不要播放电视或音乐等，尽可能营造一个安静有序的环境，以利于培养孩子的注意力。

老话说得好："宁静益智。"进行独立、安静的玩耍是训练提高孩子注意力的一个秘诀。具体操作是：父母在更换玩具后，在孩子全神贯注观看玩具时，父母应静悄悄地退到孩子看不见你的地方，观察他的精神状态。这样做的目的是：不会因父母——这个最好的玩具在他身边，而分散他的注意力训练。

另外，其他一切容易分散其注意力的玩具都应放到他看不见的地方。父母不要将2种以上的玩具同时挂在童床上，挂多了不利于孩子注意力和观察力的培养。发现孩子对某个玩具不感兴趣时，应更换悬挂的玩具。当孩子注意观看出现在眼前的玩具时，最好不要打扰他，保持环境的宁静。这是一种安静的注意力与观察力相结合的训练方法。

观察到孩子注意力不集中时，应立即更换玩具，并逐渐了解他喜欢什么玩具（注意时间长的玩具），换掉他不喜欢的玩具（注意时间较短的玩具）。请多用一些能转动的小挂件，这类玩具是最容易吸引孩子注意的玩具。并根据孩子的注意能力，逐渐维持和加长这种训练的时间。

培养孩子的注意力，关键是找到孩子的兴趣点，当孩子对事物发生兴趣时，才有可能注意它。因此，要有目的、经常地发现孩子的兴趣点，让他持续不断地产生兴趣，这样才能让他的注意力得到锻炼和提高。

每天孩子处在觉醒状态时是训练注意力的最佳时机。生理上得到满足、孩子感到很舒服，这时候的他变得很机敏，是最容易训练注意力的时间段。为了不影响孩子训练注意力的效果，应在训练前给他穿上“尿不湿”，这样孩子就不会尿脏床上用品，而影响训练效果。

悬挂在儿童床上的物品不要过重或有尖锐的边角，以防不慎坠落时伤着孩子。

5.对宝宝发出的任何声音都要有回应

父母要对孩子发出的任何声音尽量做出回应，这样他很早就会以弄出声音为游戏，而使自己情绪愉悦。这样做可以帮助孩子建立起一种非常原始的自信。当父母和婴儿说话时，如果发现婴儿发出类似应答的声音时，父母应停顿片刻，以鼓励婴儿加入到父母与婴儿的“交谈”中，同时父母给婴儿的面部表情一定要是专注的聆听状。这种语言交流对刺激婴儿神经系统的语言加工能力是很有必要的。因此，多和婴儿说话是婴儿语言发展必不可少的前提。

有些父母为避免婴儿养成缠人的习惯，即使在婴儿放声啼哭时，仍然置之不理。如果父母对婴儿的这种讯号不加理会，婴儿对发音练习就会不积极。而且当婴儿放声大哭时，父母应该及时赶来照顾他，这样才能培养孩子对于他人的基本信赖感，增加孩子对周围人、事、物的兴趣。

一、1岁~1岁6个月：孩子迈出第一步

1.1岁孩子开始学习走路

对孩子来说，最初良好的行走体验非常重要。在教孩子走路时，家长一定要注意保护，待孩子步伐比较灵活以后，才可以放开手。练习孩子自己走路时，首先要选择平坦的路面，若开始时因路面不平而绊倒，会挫伤孩子学走路的积极性。通常孩子会向前摔倒，由于孩子小、重心低，又有自己的小手保护，一般不会摔得很重。但家长仍需要贴近保护，以防止孩子向后仰倒。当孩子摔倒的时候，家长先不要出手扶他，让他学会自己站起来。这样可以训练他手与脚的力量，同时培养孩子坚强的意志和独立的能力。

当孩子能慢慢地行走时，要尽量让孩子在安全、卫生、温暖的地方光脚行走。要让孩子快乐地感受踩踏土地和草的感觉，自然地刺激全身感觉，使大脑中运动感觉的代表区活跃地发挥功能。踝关节的柔软性对人体健康至关重要，为了提高其柔软性和灵活性，防止幼儿扁平足的发生，光脚行走是一项十分有效的措施。如果踝关节较僵硬，运动时就容易跌倒或受伤，且不利于足弓的形成。

及时运用“及时表扬抚摸鼓励法”

“及时表扬抚摸鼓励法”是我在早教实践中总结出的一套鼓励、表扬孩子的方法，即：在孩子有好的表现和好的行为时，及时（第一时间、当时），用语言（夸孩子）和动作（抚摸孩子的后脑勺）表扬、鼓励孩子。我在与孩子的接触中发现，“及时表扬抚摸鼓励法”对巩固孩子好的行为，促进孩子更好的表现具有很好的作用。同时，这一方法还对增进亲子关系及孩子身心健康有帮助。我建议家长们，无论是在日常生活中还是在早期教育中，都应关注孩子的每一点进步，运用“及时表扬抚摸鼓励法”及时鼓励、表扬孩子。

2.倒立锻炼孩子的力量

孩子倒立，两手支撑着身体的重量，可以加强腕部力量，锻炼背部肌肉，同时还能培养平衡感。具体做法是：家长牢牢抓住孩子的两只脚使其倒立，如果孩子身体摇晃不稳，家长可以帮助孩子向前伸手前进；如果孩子能两手牢固地撑在地板上，就让他做倒立的姿势。

倒立还能让孩子看到的世界都是倒着的，视角的变化会给孩子带来新奇的惊喜。

倒立的时间长短以不让孩子累着为度。

3.前滚翻培养孩子的身体协调能力

前滚翻可以培养孩子的身体协调能力，还能让孩子学会在万一发生危险的时候身体做出恰当的反应。孩子如果倒立得很好了，就可以练习前滚翻了。具体做法是：在大床铺的中间让孩子两脚分开站立，身体向前弯曲，让孩子两手牢牢地撑着床铺，家长一边说“看肚脐”，一边引导孩子往前翻。最初翻的时候，家长要将孩子的头按抵在床铺上，保护孩子的安全。

4.使用勺子发展孩子的精细运动能力

学习使用勺子，是一个非常重要的运动练习，对孩子的精细运动能力的发展具有特殊作用。孩子从1岁起就应开始学习使用勺子，家长可以多设计一些游戏让孩子练习，如用大勺子舀乒乓球、舀水等。这些游戏还有助于孩子学会用工具的凹面去把液体或固体舀起来，锻炼孩子手的操作能力，为他以后自己吃饭做准备。

5.跑步巩固孩子的运动能力

在孩子已经能够稳当地行走后，家长除了继续让孩子练习走，还要引导孩子学习跑的动作。1岁半左右的孩子能够跑，但跑得不稳，经常摔倒，这是正常的，所以应多带孩子在平坦宽广的地方或草地上练习跑。

6.训练与游戏

（1）分腿坐着滚球练习

孩子分开两腿坐，家长稍微坐远一些，轻轻将球滚向孩子的两腿之间，让孩子抓住球，再要孩子将球用同样的方式滚回给家长。当孩子掌握了滚球的技巧后，家长可逐渐拉开距离，让孩子从远处将球滚回来。这个游戏需要孩子使用手，还要考虑目标在哪里，目测自己与球之间的距离，再决定用力大小，可以适合培养孩子的综合感觉能力。

二、1岁6个月~2岁：孩子动作更加自如（1）

1.多方面发展孩子的运动能力

这个时期的孩子已能自如地行走，很少摔跤。有的孩子1岁半就已经学会了跑，但跑的姿势较僵硬，要到2岁左右孩子膝踝关节才较灵活。许多孩子此时已经能扶着栏杆上下台阶，或自己攀上小滑梯然后滑下来；能迈过高度为20厘米左右的绳子，会迈过门槛；能低头钻进矮门；在成人的牵扶下可在10厘米高的平衡木或斜坡上行走；能有目的地投掷，会用脚踢球，会搬小凳子等。在精细运动方面，有的孩子已能模仿画直线，能用拇指和食指捏东西，会自己拿勺子吃饭。

由于此阶段的孩子神经系统发育仍然不够完善且缺乏经验，他的姿势控制能力及感觉能力还较差，所以虽然他的动作较多，但动作的准确性、灵活性和熟练性仍不够。在对孩子进行运动训练时，要为他创造一个适宜动作训练的条件，促进孩子动作的发展，如训练孩子跑步、双脚并跳、跨越障碍物、上下台阶等。手部运动的训练，可让孩子练习随意抛球、投篮、扔小沙袋、穿珠等。

家长在日常生活中，还可让孩子参加一些简单的劳动，如帮大人拿递东西，自己穿脱鞋袜，学会自己吃饭、喝水、洗手等。

2.使用筷子锻炼精细运动能力

使用筷子是训练孩子手部精细协调动作的好方法，应让孩子尽早开始学习。用筷子夹食物不仅是5个手指的活动，腕、肩及肘关节也要同时参与，这个练习涉及多个部位的运动，有助于大脑的发育。孩子在使用筷子的过程中，眼和手的配合又可促使其观察能力的发展，知觉和思维能力的提高，有助于孩子深入学习各种更为复杂的动作。

孩子初学使用筷子时，肯定不会拿筷子，只能将饭扒到嘴里，此时家长不要强求孩子一定要按照“正确”的姿势用筷子夹食物，而是要让孩子自己去摸索。孩子通过练习，尤其当他看到好吃的东西在他面

前时，他使用筷子的欲望会提升，手的技巧进步会很快，孩子逐渐就能学会用筷子了。

3.倒退走训练身体平衡能力

孩子能倒退走也是运动稳定、协调的表现。家长可为孩子准备一个拖拉玩具，让孩子拖着玩具倒退走、侧身走，以达到训练孩子身体灵活性的目的。

4.双脚跳对身体的双重训练

让孩子学会双脚跳，对其身心发展有着重要的作用。从生理角度看，孩子在克服自身体重的重力作用跳起来时，需要付出很大的努力，双脚跳能够锻炼孩子身体的肌肉群和预防肥胖。从心理角度看，孩子在学跳的过程中，能产生愉快情绪，增强自信心和产生勇敢精神。孩子刚开始学跳时，家长要用手护着孩子，防止孩子因脚站不稳而摔倒。

家长可以通过让孩子观看家长或大孩子的跳跃动作，激发孩子学跳的愿望，并引导孩子模仿着做。学习向下跳时，家长一定要注意由低矮（10~20厘米）逐渐升高到（30~40厘米），指导孩子跳跃。家长还要教会孩子正确的动作，特别是落地时，双脚前掌先着地，两腿稍曲成半蹲状，然后站立，并且最好选择较软的地面练习，如草地或硬泡沫。

在孩子学会这个动作后，再让孩子学习平地原地双脚向前跳。家长可以一边说着“我们都是小青蛙”，一边带着孩子一同向前双脚跳，看谁跳得多。

二、1岁6个月~2岁：孩子动作更加自如（2）

5.攀登锻炼四肢力量

1岁半~2岁的孩子身体力量进一步发展，手的握力、腿的蹬力、四肢的动作日趋协调和灵活。攀登是一种锻炼孩子四肢力量的很好练习，家长可充分利用公园或小区内的各种攀登架（适合2岁以内儿童使用）、滑滑梯和家里的楼梯，对孩子进行训练。在让孩子上攀登架前，家长要先攀登一次给孩子看，让孩子因感到有趣而模仿，之后家长就可以一边指导一边贴近保护孩子。第一次玩较高的滑梯时，家长要在孩子下滑的途中，用手扶一下孩子以减缓下滑的冲力，让他逐渐适应。这个年龄的孩子可训练独自上楼梯，每成功一次家长都要表扬孩子，并在后面做好贴近保护。

6.训练与游戏

（1）吊单杠练习

让孩子在单杠上吊起，家长注意贴近保护。也可在攀登架自己吊起，家长在一旁给他计数加油。此项训练可以增强上肢负重的能力。

三、2~3岁：孩子运动能力全面发展（1）

1.2岁以后的孩子更喜欢全身性运动

2岁以后的孩子更喜欢进行全身运动，如荡秋千、滑滑梯、拍皮球、骑童车等。他们还喜欢到室外玩。家长应该经常带孩子到公园、广场、游乐场等能与其他小朋友一起玩的地方。如果家长要上街买东西，可以让孩子在平坦、安全的地段帮助推一段购物小车，孩子会因为得到家长的重视而感到十分高兴、非常满足。

2.开始学习游泳

3岁左右孩子可以开始学习游泳。游泳是一种非常好的综合性身体锻炼。孩子学游泳时气温应不低于26℃，最好是在夏天进行。开始时家长应先下水玩水，而不要急着带孩子下水，等孩子感到下水好玩、有兴趣时，再诱导他下水，这样他就不会产生“恐水”心理。孩子初次下水游泳时间应控制在5分钟左右，以后视个体的反应再逐渐延长到20分钟左右。

游泳不宜在空腹或刚进餐后进行，初下水时不能让孩子一下子全身都浸泡在水里，应让机体有一个适应的过程。

孩子在水中不能站着不动，如不会游泳也要让孩子用手摩擦全身。如孩子在水中感到寒冷、打战时，应该立即出水，用干毛巾擦干全身并披上浴巾保暖。如果孩子外耳道进水，可用干棉球吸干。

孩子具体要学哪一种泳姿，可参照有关游泳的教学资料进行选择。如果家长要教孩子游泳，必须既能进行指导又有保护孩子的能力，否则应该联系专业辅导这个年龄段孩子学游泳的培训班，他们会有一整套具有针对性的训练方案。

3.解、系扣子发展精细动作能力

孩子的手指渐渐灵巧，可以学习自己解、系扣子。这个年龄段的孩子学习解、系扣子对发展他的精细动作能力具有很好的作用。

解扣子的方法是：先把扣子的一边放进扣眼，再把另一边也塞进去，就可以解开扣子。

系扣子也用同样的方法，先把扣子的一边放进扣眼，再从衣服外面把整个扣子拿出来。

孩子可先学习解系胸前大个的扣子，学会后再练习解系较小的衬衫扣子。

4.学用剪刀灵活运用手指

孩子五指已分化，能够抓握实物，可以做拇指与食指的对捏动作。一般3岁左右的孩子就已具备学用剪刀的能力。孩子通过学习使用剪刀，可以巩固和练习手指运动的协调性和灵活性。

在教孩子学用剪刀时，家长必须给孩子准备儿童专用的圆头剪刀，并教会孩子正确的使用方法：用右手的拇指放进剪刀的一侧手柄，食指和中指同时放入另一侧手柄，剪刀的尖朝前。千万要注意不要让横着剪或对着面部剪，以防剪到左手或扎着身体的其他部位。使用后让孩子自己把剪刀收好，不要拿着剪刀打闹玩耍。

5.攀爬、穿钻、吊挂全面发展身体平衡能力

大多数孩子在3岁左右，已能够在各种攀登器（架）上攀登、攀爬、穿钻、吊挂，保持平衡，这是孩子身体平衡能力进一步发展的重要表现。家长在孩子进行这些活动时，要注意贴近保护孩子，并随时提醒孩子集中注意力，不要在攀爬途中“东张西望”，指挥孩子手脚的着力点，避免发生危险。孩子在立体的器具上玩，能够培养平衡感，还能体会到运用不同玩法的乐趣。

三、2~3岁：孩子运动能力全面发展（2）

6.训练和游戏

（1）跳跃练习

大多数孩子已能独立双脚跳，但跳得不高，也不会使用正确的身体动作，所以落地较重，身体不稳易摔倒。这时家长可有意识地教孩子在原地跳跃或从高处（大约15~25厘米的高度）向下向前跳，但家长要注意贴近保护。因为孩子年龄还小，骨骼肌肉发育还不完善，不能长时间地进行跳跃练习，以免过于疲劳对孩子的健康发育不利。

教孩子练习跳跃时，家长应先做好示范动作，让孩子模仿。家长可以先做一些简单、形象性强和容易模仿的动作，如模仿小白兔蹦跳或跳房子。在此基础上，再训练孩子正确地跳跃动作和姿势。

跳跃的动作要领是：首先两脚稍稍分开，呈半蹲状，屁股微翘，攥紧拳头，然后开始起跳。起跳时使用前脚掌用力蹬地，同时向前用力摆臂，立即腾空跃起。落地时前脚掌先着地，同时屈膝，使身体保持平衡。

孩子并不能完全明白如何做准确这一系列动作，关键是家长要多做示范动作。只要耐心地多示范几次给孩子看，孩子慢慢就能领会动作要领。孩子练习跳跃动作的场地一定要平整、安全，家长一定要贴近保护孩子。

一、1岁~1岁6个月：孩子被动语言时期（1）

1.语言是开启孩子智慧的钥匙

语言是人们交流思想的工具，是思维的基础。对婴幼儿来说，语言还是认识世界、接受教育的工具，是发展智力的前提。与婴幼儿讲话时，家长一定要把他当做很懂事的孩子来对待，跟他进行认真仔细地交流。不要担心孩子听不懂，其实孩子的接受能力超出成人的想象，听多了他自然会理解(除了特别抽象的专用名词)，正如美国语言学家乔姆斯基所讲："婴幼儿学习语言，并不是像成人那样仅靠记忆。他们是把听到的语言存入潜在意识中，并以如同高级计算机一样的能力进行分析、统一，然后将其出色地掌握并表现出来。"

语言学习，学好词汇是关键。词汇是语言的建筑材料，孩子掌握词汇的数量多少，直接影响着语言水平的提高和认识能力的发展。由于每个词代表一个概念，每个句子反映客观事物的一定关系，孩子掌握词汇数量的增多，反映其头脑中概念的积累；掌握概括性词汇的增多，反映其概括水平的提高；对语法的掌握反映着头脑对客观事物关系的明确程度，而这些都是进行抽象思维的基础。在早期教育中，引导孩子掌握和运用这些词汇，能够帮助孩子更准确地表达思想。

2.1岁6个月以前，孩子听得多、说得少，理解多、表达少

这一阶段孩子的语言表达特点是：以词代句、一词多义、重叠发音、以音代词，并伴以动作和表情。如孩子说"妈妈"这个词，其实是代表一句话，可能是"我要妈妈抱"，也可能是"妈妈不要走"，或"妈妈给我玩具"。孩子说出的"妈妈"这个词代表一句话，有多种不同的意义。

家长对孩子讲话应尽量注意语音、语调的正确和语言的规范化。尽量用标准的普通话对孩子说话，尽量给孩子使用规范语言，这对他以后概括能力的发展很有帮助。家长在与孩子讲话的过程中尽量不用"儿语"，如指着小狗，就教他说"狗"，而不应教他说"汪汪"之类

的“儿语”。当孩子说“儿语”时，不要重复，而应当用柔和的语调把正规的名称教给他，更不能迎合孩子，以免限制孩子语言和思维能力发展。家长要尽量用词准确，如准确用量词“一辆车”、“一棵树”、“一片树叶”、“一朵花”等。

家长在教孩子学习语言时，要注意生活经验的积累，为孩子提供认知环境。比如：每天的洗澡时间，就是让孩子学习的最佳时刻。家长可以为孩子准备适当的玩具，如电话、汽车模型等，给孩子边讲故事边洗澡，让孩子在放松的情绪中学习词汇，可增进他对各种词的认识。家长可以适时加入一些形容词、副词，如大汽车、红色气球等，借此增进孩子对形容词、副词的应用。

3.孩子的语言理解能力发展非常快

在这一阶段的后半段时间里，孩子的语言模仿能力发展很快，这是家长积极地对孩子说话的成果。在这一阶段里，要让孩子学习说出自己的需求，如要人抱、要喝奶、要尿尿等简单的词句。家长要多读多讲故事，经常与孩子一起听、读、背一些儿歌、古诗等。

同时，家长还可以为孩子选购以日常生活为主题的“生活连环画”。孩子可以从连环画中学到见人打招呼、饭前便后洗手等各种生活常识。1岁左右的孩子特别爱听大人说话，并能听懂很多话，但他这时不爱说话。很多孩子在1岁半以后的某一天，会突然爱开口说话，而且表达能力进步很快，不久他就能说简单的句子了。

语言是幼儿思考的工具。当孩子开始能听懂一些简单的句子，会说一些常用的单字时，孩子的世界在无形中就扩大了，以前他都是借着观看、倾听和触摸等来学习，现在他学着使用语言、运用想象，了解自己眼睛所看不见的东西。所以语言打开了幼儿的另一扇认识世界的窗户。1岁半左右的孩子会说的话虽然不多，但是孩子能理解的话却多出了好几倍，孩子的学习速度也极快。所以家长在与孩子相处时，千万不能认为“反正他不懂，说了也没用”，应该耐心地找一些孩子容易理解的话积极与孩子交流，并注意回答他提出的所有问题。

一、1岁~1岁6个月：孩子被动语言时期（2）

4.宝宝最先会的8个称呼

10个月左右的孩子一般会称呼爸爸和妈妈，到1岁左右时能称呼：爷爷、奶奶、外公、外婆、阿姨、叔叔6个左右的大人。

孩子在学习称谓时，自己会随时总结经验，如把年纪大的女性都称为“奶奶”、年纪大的男性都称为“爷爷”、年轻的女性称为“阿姨”、年轻的男性称为“叔叔”。家长要随时纠正孩子的错误称呼，使孩子学会运用正确的称谓。然后慢慢学习称呼哥哥、姐姐、弟弟、妹妹等。

当孩子可以用对这8个称呼时，家长可以将这8个称呼的字（词）卡片同时教给孩子认读，每当他认对一个词，都应该运用“及时表扬抚摸鼓励法”及时表扬孩子。

影响孩子语言开发的5个要点

1.要与孩子面对面、简短而清晰地讲话

从孩子3个月开始，家长应多逗他快乐地发音，不论他发什么音，只要孩子喜欢发音就好。婴儿发音多的时候，常是吃饱了、睡够了、情绪好的时候。为此，必须注意给孩子适时喂哺、换尿片、安排好他的睡眠和玩耍，以保持孩子良好的情绪。家长应多用愉快的口气和表情对孩子说话，看到什么就说什么，正在做什么事就讲什么，如“吃奶了”“妈妈抱”“洗澡了”等，虽然有些家长可能会认为这样做似乎是“对牛弹琴”，但却会对孩子产生非常重要的潜在作用。

与孩子说话时，家长应尽量与他保持一样的高度，如孩子坐在童车里，家长就应蹲下去与孩子面对面地讲话，使他能完全看见你的口型，注意你的发音与口型的变化，这会极大地刺激孩子尽早发音或说话。当孩子稍稍具备语言表达能力时，家长须专心地倾听孩子说话，并鼓励他继续发出声音或表达意愿。家长跟孩子说话时，应放慢速度，话尾可留一段空白时间，让孩子有机会练习说话，提高他说话的能力。

2.婴儿的语言发展依赖于丰富的语言刺激

家长可根据某些具体情境，因地制宜地选择话题与孩子交谈，利用一切可能的机会对孩子说话，如穿衣、吃饭、散步、洗澡时等，还可以把屋子中所有家具的名称教给孩子。最初教孩子说话时，家长可以抱着孩子在屋里走动，将屋子里的物品用手指给他看，同时缓慢而清晰地说出这些物品的名称，如“时钟”“灯”“电视机”等，要耐心地教孩子。在日常生活中，只要家长用心发掘，随时随地都可以找到训练孩子口语和书面语的“活材料”。

3.结合生活情境教孩子学习语言

家长在遇到孩子感兴趣的事物时，可以就教表示这个事物的字或词，不要拘泥于任何形式，从孩子的印象记忆、情境领悟、本能模仿等认识特点出发，从生活中、环境中和游戏活动识字教学，做到：从生活中教、从游戏中学；教者有心，学者无意；玩中有学，学中有玩；耳濡目染，榜样诱导；激发兴趣，积极鼓励，让孩子在不知不觉中学习语言。

4.注意说话时语句完整

1岁半左右的孩子能说3~4个字的语句，此时家长对孩子说话时，一定要注意句子完整。比如“宝宝吃饭”不要说成“饭饭”，更不要跟孩子学。孩子说“饭饭”，这不要紧，但家长要坚持说“吃饭”，这样才能更好地促进孩子的语言发展，教会孩子说多音字和短句。从教“吃饭”“皮球”等单词，逐渐过渡到简单的短语，如“我来了”、“吃西瓜”等。家长要用缓慢而清晰的语调重复这些短句，不久孩子就学会清楚地发音并讲这些短句了。发现孩子有语病，要及时纠正，帮助他慢慢地把话说完整，而不要急着代替孩子说话，让孩子有更多语言交流的机会。

5.和孩子说话的艺术

家长在与孩子说话时，应注意以下几点：

□家长用语言指导孩子的行动时，所使用的语言应该简明，孩子能直接听懂，否则孩子会不理解。

□为了引起孩子的注意，令家长的语言指导有效，家长应该蹲下去，看着孩子的眼睛，也让孩子看着你。

□使用肯定的语句告诉孩子什么是你希望他做的，如“洗干净手再吃苹果”等，而不要用否定句告诉孩子什么是你不希望他做的，如“不准用脏手拿东西吃”等。

□把要求孩子行动的词放在句子的前面，这有助于孩子把注意力集中在行动的实质内容上。

□当需要孩子作出选择时，才用选择句，并把选择问句简化。

□给孩子的行动指导，一次只能给一种，因为1岁半左右的孩子还不能同时执行多种指令。

□希望孩子做到的事，应该在孩子将要做这件事的时候再说，不要提前提出要求。

□要明确地指出各种限制，这样孩子才知道他的行为何时是不被允许的。

5.训练和游戏

（1）单词句练习

多数孩子此时只会用单音表示自己的意思，如“蕉”表示“我要香蕉”，“干”表示“我要饼干”，这是因为孩子需要积累相当多的词汇量才能自由说话。孩子只说单音词不容易让家长理解，所以孩子总是指手画脚来使别人明白。当孩子指一样东西时，家长要马上说出这个东西应怎样称呼，帮助孩子扩展词汇量。

二、1岁6个月~2岁：孩子被动语言向主动语言…（1）

1.孩子进入了积极的语言活动发展阶段

在这个阶段里，随着孩子理解语言能力的发展，孩子的积极语言表达能力很快发展起来，发音由不正确逐渐正确，会说的句子逐渐增多，语言的结构更加复杂化，所掌握词的数量也在不断地增加。开始出现多词句，每个句子一般包括3~4个词，如“宝宝要睡觉”、“宝宝要吃饭”等。这期间孩子开始从成人的语言习惯中逐步掌握语法结构，并初步学会正确使用各种基本类型的句子，包括简单句和复合句。

随着词汇量的迅速增加，除了名词、动词外，孩子还能掌握形容词、副词等其他词类。如我们常常听到孩子说“红的”、“真好”、“是什么”等。孩子开始学习语言时，大部分是模仿家长所说的话。如家长一边拿着蛋糕，一边将“蛋糕”的字卡片拿着给孩子看，对他说“蛋糕”，让孩子了解它们是有关联的。下一次他想吃蛋糕时，就会回想着对家长说“蛋糕”。让孩子自己逐渐用语言来表达他所想要的事物，这才能算孩子真正学会了。

父母在教孩子说话时，最好能让他自由地活动，创造更多开口讲话的机会。孩子说得不对时，家长要及时纠正而不可以取笑他。凡是孩子所提出的问题，家长都要耐心地回答。孩子的理解能力比较差，所以对他说话时，语速要比平时慢且意思要清楚，尽量避免使用艰深的词汇。1岁6个月~2岁的孩子能集中注意力看图识字、看电视、玩玩具、念儿歌、背古诗、听故事了，孩子的记忆能力也随着年龄的增长而逐渐增强。这个阶段孩子注意和记忆的特点是形象化，色彩鲜艳、新奇、强烈的刺激容易引起他的注意和记忆。

2.孩子学语言积极性很高

这个时期的孩子非常爱说话，整天唧唧喳喳说个不停，表现得积极主动。孩子说的话常常是“妈妈上班”、“宝宝吃饭”等简单的句子，有时还会省去句中的词，如“宝宝车”，意思是宝宝坐车，省

去“坐”字。在接近2岁左右时，孩子开始会说复合句，如“妈妈给我笔，宝宝画画”、“下雨了，宝宝不出去”、“我要喝水”、“我不睡觉”等，这时语句结构较为复杂。这个时期的孩子学习语言的积极性很高，对认识周围事物的好奇心也很强烈，家长应因势利导，除了在日常生活中帮助孩子巩固已学会的词句以外，还可以为孩子多讲读故事，让孩子读、背一些精选的儿歌、古诗。

3.感知事物和反复实践是语言学习的基础

由于这个时期的孩子思维能力（尤其是抽象思维能力）还没有发育成熟，孩子语言的学习是建立在对生活中事物的直接感知和反复体验中完成的。所以家长的语言教育必须在孩子感知事物的基础上来进行。幼儿只有在感知事物时，才能理解所学习的相应的词、句的含义，他只有在表象与词、句之间建立了牢固的联系，才能形成印象和记忆。家长通过日常生活各种有趣的活动，让孩子依靠家长的示范和自己的多次练习、反复实践，在反复运用语言的过程中逐渐提高语言能力。

二、1岁6个月~2岁：孩子被动语言向主动语言…（2）

5.淡化故事中的恐怖情节

对于较恐怖的情节，家长要注意观察幼儿的接受能力，应运用淡化的处理方法。对恐怖的画面、情节反应强烈的孩子，家长应立即终止这个故事或这段情节的讲读，等他能平静地接受时，再给他讲读这个故事或这段情节。

家长应每天选择一个固定的时间坚持给孩子讲故事，如睡觉前、吃饭后。家长开始时可讲一些篇幅较短、内容浅显的故事，以后再逐渐讲一些篇幅较长、富有悬念的故事。总之，给孩子读书，应尽力做到持之以恒，满足孩子的求知欲。

4.训练和游戏

（1）分辨形状练习

在教孩子认图形时，圆形是孩子比较容易接受的图形，家长可从认圆形入手教孩子认图形。家长教孩子“皮球是圆的，太阳是圆的，苹果是圆的……”结合生活中圆形的实物，让孩子初步认识圆形。家长在纸上画出各种形状，如正方形、长方形、三角形、圆形等，或在有各种形状的图画书中，让孩子学会分辨圆形、三角形、长方形、正方形等，或引导孩子从中找出各种形状的物体，如冰箱是长方形、饼干是正方形（圆形）、巧克力派是圆形等，这个练习的目的是锻炼孩子的观察力和分辨能力。

三、2~3岁：孩子主动语言时期（1）

1.学习视觉语言（书面语）、听觉语言（口语）的关键期

随着生活范围的扩大，孩子对周围事物的兴趣特别高，这一时期孩子学说话最快，是学习语言的高峰期。孩子口语的发展是在与人的交往中，通过模仿学来的。因此发展孩子的口语，应该让孩子广泛接触周围的人和事，在与他人的交往中发展和丰富词汇。家长应结合具体事物教孩子相应的词语，同时教孩子认读发音，即视觉语言与听觉语言同步学习。可将一些词连成一句话教孩子反复念，或利用看图讲故事等方式发展孩子语言的连贯性。

2.孩子的究理期

2岁以后的孩子有许多“为什么”，这是孩子的究理期到了。对此家长非但不能厌烦，还应为孩子的好词而感到高兴。孩子学习新事物，并非一次就能记住，他会重复地问，得到同样的答复之后才肯接受。因此家人给予的答案必须统一，才不致使孩子产生混乱。家长也可以反问孩子：“这是什么？”孩子必定会得意地回答，如果孩子答对了要及时表扬孩子。如此一来，孩子肯定自己所知道的正确无误，便会产生自信。家长与孩子之间的一问一答其实也是一种很好的亲子问答游戏，问答的内容以孩子身边的实物最为理想，以后再逐渐将问答引导进“十万个为什么”中去。

3.孩子的语言越来越社交化

孩子会开始试着和其他小朋友交谈，因此让他和其他小朋友一起玩是训练其语言能力的方法之一。和孩子多说话，教他生字，并以手势及表情来表达这些生字的意义等，对建立孩子的会话能力相当重要，同时也要让孩子有机会用自己的方式或语言来进行回应，这样可以让他了解会话是双向的。

家长每天都应该和孩子谈一谈发生在生活中的一些事情，如家长帮孩子穿衣服的时候，别忘了为他解释每个步骤，也可以一边穿一边

念着相应的儿歌，描述一下你们现在正在做的事。朗朗上口、合辙押韵的古诗和儿歌，有助于孩子记忆词汇，对记忆力和语言能力均有帮助，因此应多让孩子背一些精选的古诗和儿歌。

4.初步建立时间概念

“时间”对于3岁以前的孩子来说，多少有点抽象。所以教孩子掌握时间概念，就要教他从他能理解的、最熟悉的、亲身经历的或感兴趣的事开始认识时间。

（1）用具体事件表示时间

时间看不见也摸不着，和孩子说“三点钟我们出去”，他可能不太明白，但如果对他说“睡好午觉后我们去小区里玩”，他就能理解。所以家长教孩子认识时间或和孩子讨论时间时，应尽量用具体的事件表示。如“早上”可以说是“太阳出来的时候”或“天大亮的时候”等。这样孩子就很容易听懂，而且能比较直观地感受这个时刻的到来。

（2）有意识地使用时间词汇

虽然孩子的时间概念发展大都不如他对时间词汇的掌握，但是学习使用时间词汇，可以增进他的时间观念，所以家长可以有意识地在孩子面前使用时间词汇。如“今年宝宝两岁，明年三岁了”“明天星期六，我们去动物园玩”，或给孩子唱一些和时间有关的儿歌，如“小雪花，轻轻飘，告诉我，冬天到”等。

（3）有效利用钟表

孩子的思维都是具体形象化的，家长可以和孩子一起，把钟表上的数字形象化、具体化。家长可以和孩子一起动手做一个只有时针的时钟模型，在整点处画一些简单的图画，如床、面包、玩具等，或是把现成的贴纸贴在相应位置上。如在7点贴上面包，表示7点要吃早餐了；在3点贴上玩具，表示3点是游戏时间等。

（4）生活作息有规律

要让孩子从小养成有规律的生活习惯，给他制订一份科学合理的作息时间表非常重要。这样孩子就可以了解：每天妈妈起床他也该起

床，吃过午饭后就应该午睡……这样会加强孩子的时间观念。

三、2~3岁：孩子主动语言时期（2）

5.兴趣阅读

阅读能启迪智慧、增长知识。好的图书内容，再配上生动有趣的图片，对孩子从小养成爱读书的兴趣至关重要。从阅读中孩子可以体会到善恶感、同情心等。家长要为孩子选择适合其年龄的图书，故事情节生动有趣，形象可爱的连环画是首选。

书中的文字可由家长读给孩子听，家长的阅读速度要慢，并配合图书讲解。孩子听懂故事后，家长还可以用手指着文字来读，让孩子感觉阅读的顺序和方向，为孩子将来自己阅读做准备。孩子熟悉内容后，就能模仿大人的动作读起来，这是孩子喜爱读书的开始。

有些家长可能会发现孩子在认识许多字词后，复习就成了问题。孩子的注意时间较短，但不经常巩固又会忘记，这时应该让孩子进入阅读阶段。选择孩子最感兴趣的故事开始教他阅读，如《黑猫警长》《喜羊羊与灰太郎》《葫芦兄弟》等。家长可从故事中第一页第一句话中的汉字开始，并将教会的字写在大字本上。每当孩子主动要求你讲这个故事时，在讲之前或过程中教孩子认读其中他认识的汉字。一定注意不要让孩子认读过多的字词，不要让孩子产生被迫学习的感觉，应该积少成多。

6.训练与游戏

（1）集中注意力练习

家长找一个孩子喜欢的故事（7~9分钟能讲完），和孩子坐在一起，注视着对方，让孩子集中注意听家长讲故事。孩子听完故事后要表扬孩子认真听讲，中途孩子将要走神时，家长可用提问或语气词引导他集中注意力。

四、1~3岁：孩子的早期识字训练（1）

1.孩子识字时“合适的量”与“适合的方式”

很多家长对孩子识“生字”的速度快慢、数量掌握不好，既怕“过量”，又怕孩子没有学足。我建议1~3岁的孩子，平均每周识3个生字或词，其余认字识词的时间最好用于复习、巩固、强化认过的字词上。

教孩子认字贵在坚持。运用这个方法，孩子在3岁时一般能轻松认读400~500个字、词或句子。如果孩子3岁上幼儿园后继续认读下去，到6岁时孩子能够轻松阅读一般的书籍。这样的“量”家长一般都是能胜任的。家长在教孩子识字时，应注意选择适合的方式:

字卡片的选用:请选用黑白鲜明或颜色分明、不配图、不配拼音的大字卡片。1岁以后的孩子一般都倾向于认图，而不愿认字。因为图片与文字相比，图形更漂亮、颜色更鲜艳、内容更丰富，更能吸引孩子的眼睛。配图会分散孩子的注意力，令他的记忆的主要成分是图而不是字，容易出现拿字出来不认得，拿图出来马上能读出来的情况。而且，使用图配字卡片的孩子有时还会出现对“字”的反感。所以认字和认图应分开进行，认字不配图对认字的兴趣和效果相当重要。

用合页本复习识字:孩子认得比较熟的字也要经常复习。方法是用较粗的笔将孩子熟悉的字写在没有格子的合页本上。有格子的合页本，有时会对一些孩子认字产生或加重认字的模糊与混淆作用。家长一定要写正楷字。合页本便于家长随时携带，在孩子有认字的兴趣时间内，能加快家长翻字的速度，提高孩子认字的反应能力，巩固认字的记忆能力。

巩固认字的方法:可在字卡的后面（反面）贴上他已熟习的人或物的相片或图画，如爸爸、妈妈、太阳、月亮等，当孩子读熟后再取下来（这种方法只具有过渡作用）。对于某些孩子识字过程中产生认字混淆或模糊时，如认妈妈与奶奶、桌子与鼻子等容易产生混淆或模糊时，也可以用前面的方法予以纠正。

户外活动归来:家长翻着图书讲故事给孩子听，同时将孩子认识的字，用手指诱导他有意识地读出声音，要注意观察孩子的认字兴趣，见孩子稍有反感就应立即中止认字诱导。

2.教孩子学习儿歌、古诗

儿歌和古诗孩子都感兴趣，都比较适合孩子学习。二者相较而言，儿歌更容易为孩子所接受。儿歌文字浅显易于理解，大多与生活息息相关，家长可以结合日常生活教孩子学习。古诗以其独有的句式、字数少、朗朗上口又押韵的魅力吸引着孩子，特别是古诗的韵对发展语言很有好处。锻炼孩子的语言能力应让孩子尝试不同体裁的文学作品，只要孩子愿意接受，都可以给孩子学习。但家长应当对儿歌、古诗进行筛选，不可过多。

3.教学方法游戏化

孩子的眼里没有难易之分，如果好奇就接受，如果感到强迫就拒绝学习或心不在焉地想他感兴趣的事情。所以对1~3岁的幼儿，任何学习内容都应该游戏化，做到学中有玩、玩中有学、动静结合。

孩子对有趣的活动就集中注意，对乏味的教学一概不用心，因此家长在教学过程中，要灵活机动，变换各种方法，编造各种游戏，引发孩子的兴趣，让他在不知不觉的情况下，完成你的“学习计划”。学习的内容、时间一旦超过孩子的负荷，他就会打哈欠、闹瞌睡，发出自我保护的信号，这时就要立即终止教学。

4.学习方法应多样化

家长要让孩子天天坚持接触字，哪怕只是反复认读几个熟字或认1个生字，要养成他每天认字的好习惯。家长可以利用孩子愿意出去活动、上公园去玩的心理，让他认读一些字、词，但一定要注意认字的量，在孩子没有出现反感时就及时“下课”，兑现出去玩或上公园玩的承诺，避免出现过度现象。

四、1~3岁：孩子的早期识字训练（2）

5.为孩子设计激励机制

对于能开口说话的孩子，学习新的字卡后，最好紧接着再让他认读一次，两次认读成功都要及时表扬，这样巩固认字记忆的效果非常好。孩子经常会忘记学过的字，家长应给以孩子信任和温暖的学习情境，孩子在没有惧怕与焦虑的情况下，学习动机较易被激发。家长也可以借一些小的物质酬赏来激发孩子的动机，待孩子年龄稍大再引发他的内在动机，而不要以成人的价值观来衡量孩子的所作所为。有些家长把孩子的好动当成浮躁、把纯真当成无知、把好奇当成幼稚，把自我意识的成长当成冥顽不化，这时孩子的学习动机很容易被抑制。

6.把握孩子的注意力

□注意力稍差一点的孩子：复习字、词时，要坐抱着孩子（方向一致），这样能减少或避免他短时间的分心，让他的兴趣一直在家长的掌控中。也可采用坐抱姿势，为孩子讲故事并指认其中孩子感兴趣的字、词让他认读。如，家长在讲“小猫钓鱼”的连环画时，教孩子认读“小猫”、“钓鱼”、“蜻蜓”、“蝴蝶”等字、词。这是一种“听、看、说”的直观认读方法，也是一种较好的复习识字方法。但每次不宜过多，1~2个为好。做到循序渐进、积少成多，发现孩子兴趣不在时应立刻停止。

□注意力较好的孩子：对文字已经产生“兴趣”的孩子，可以安排他坐在小桌前与家长一起听、看、读故事，方法内容同上。

□注意力很差的孩子：孩子坐不住（只有1分钟左右的注意力），就要灵活掌握地点，不设固定场所，只要他对某事物有兴趣时，就立即写字诱导他认读。如掘泥土时，发现蚯蚓，就快速将“蚯蚓”两个字写在随身携带的合页本上，诱导他认读，当他认读正确时要及时表扬抚摸他。原则上，每天有1~2次接触字的机会，时间在5分钟左右，可根据孩子兴趣程度灵活掌握。

家长对孩子不要摆出像法官般的面孔，也不要用命令、威胁、说教或斥责的口气和孩子说话，不能让孩子产生恐惧而畏缩，应给孩子温暖和安全感。家长必须先唤起孩子的求知欲和好奇心，从而令他产生持久的学习活动。孩子的好奇心与学习动机容易在家长关切的眼神、微笑的倾听，及富有同情的言语中被引发出来，家长不妨试试这个妙方！

7.2岁半的孩子能逐渐静下心来听较长的故事

孩子会主动地要求家长给他讲一些有故事情节的连环画，这时是将孩子的这种兴趣引导到各种类型的连环画上的最佳时期。家长可选择故事书，如《黑猫警长》《格林童话》《365夜故事》等，或看一些电视动画片，如《三个和尚》《白雪公主》《大闹天宫》《小鹿斑比》《葫芦兄弟》等，甚至还可以给孩子讲一些名著连环画，如《三国演义》《红楼梦》《水浒传》《西游记》等。

但家长在开始讲读这类书时，要注意“改编”，要根据孩子的经验、理解能力、兴趣爱好来加以改编。等孩子对读书感兴趣后，逐渐过渡到连环画的原文中去，并且要注意先选读一些可能最先唤起孩子兴趣的章节，如在讲《三国演义》时，可以先讲“桃园结义”，然后跳过一些章节就直接讲“虎牢关”或“千里走单骑”等，时间以10~20分钟为宜。家长在讲的过程中，语言要生动，表情要丰富，必要时还应有一些手势动作的配合，并可将桃园结义中的“关羽”、“刘备”、“张飞”、“青龙偃月刀”、“丈八蛇矛”、“双股剑”等孩子感兴趣的字、词写给孩子认读，孩子一般都能很快识得这些字。

讲故事活动中还有一个十分重要的方法就是让孩子复述故事，即让孩子用自己的语言，表达故事里的人物和情节，这是对孩子语言、记忆、思维等能力的很好的锻炼。

四、1~3岁：孩子的早期识字训练（3）

8.训练和游戏

（1）选读词组、成语练习

最好是孩子在直接观察某一件事的同时，教授某个词组、成语。如河里的船在航行时，家长给孩子讲解“破浪前进”这个词组，孩子就能更容易理解并记住这个词组。又如孩子问：“天上为什么会有云？”家长就对孩子讲：“地面上的水在太阳的照射下会变成水蒸气，水蒸气跟着地面上的热空气升到空中，就变成许多小水滴，这些小水滴在空中飘来飘去，聚集在一起时便成了天上的云。”这类有意义的问答会把孩子逐渐诱导进有趣的科学问答中去。

在回答这一类问题时，答案越简单越直接越好。暂时不要举一反三，培养孩子的兴趣是关键。当孩子对这方面的兴趣培养起来后，家长根据孩子的接受能力逐渐给他讲读一些精选的词组、成语和精选的“十万个为什么”，达到提高孩子的智力和丰富孩子的语言的目的。

五、1~3岁：孩子的早期英语学习

1.学习英语可以开发孩子的潜能

从小学习双语的孩子，能够用双语进行思维。有专家认为，要掌握两种语言3岁是个界限，此阶段母语和外语都在大脑的同一部位处理，而青春期学习双语，两种语言是在大脑不同部位分别加以处理的。

有些家长从孩子1岁左右就让孩子学习英语，其中大部分是利用CD、DVD等进行多媒体教学。孩子通过反复聆听地道的英语，能够有效地培养英语听力。有些家长接受过一定程度的英语教育，而有些家长则完全不懂英语，所以家庭英语教育可以充分利用多媒体英语教材，这是很实用的一个方法。家长参与其中和孩子共同学习，是十分有效的教学方式。孩子在3岁前接受英语教育，可以有效开发孩子智力，增强孩子的记忆力和大脑的灵活性，孩子日后再学习英语也会轻松很多。

一、1岁~1岁6个月：孩子的积极探索求知期（1）

1.对自我与周围环境的进一步认识

自我意识是意识的一个方面，即认识自己，把自己作为主体从客体中区别出来，这是人个性特征的重要标志之一。孩子1岁以后，由于语言能力进一步发展，开始知道自己的名字，学会了像成人叫他那样叫自己。与此同时他还开始认识自己的身体及身体的一些部位，如“脚”、“眼睛”等，能意识到自己身体的感觉，如“宝宝饿”、“宝宝痛”等。当孩子可以凭借自己的双脚在家里到处走动参观之后，他的探索活动就更加积极活跃了。家里的每一个角落、每一件东西，他都要去看一看、摸一摸、动一动。

在这个阶段，孩子通过对周围环境的积极探索，广泛、多方面地接触和认识了事物，同时也训练了自己运用物体的技能为向下一个阶段发展做好了准备。如果家长对孩子的这种探索行为加以阻止和训斥，便会令孩子感到自己的探索是在做错事，孩子往往也会对自己产生怀疑。这样不但会压制孩子的好奇心，还会在他心里留下自我怀疑的阴影，妨碍他自信心的树立，失去探索的热情。

当然，学步期的孩子还不能区别周围环境中哪些东西是安全的，哪些东西是不安全的。因此在这个时期内，家长必须实行一些特别的安全措施，如将药品、有毒物品放置在孩子够不到的地方；家长要经常检查房间，看一看地上是不是有钉子、纽扣、刀片等尖锐物品。这个时期孩子的玩具体积必须大一点，以免孩子把它们放进自己嘴里。家用电器也在危险物品之列，不能让孩子接触，电器插座应安放在孩子够不着的地方以免孩子乱动，有触电的危险。

2.孩子与大人：从怕生到交往

很多1岁以后的孩子还很认生，初见生人时总是疑心重重，自我防范意识很强。很多成年人不了解这个时期孩子的心理特点，一见有个小家伙在那里看自己，就一把抱住，结果吓得孩子直往父母的怀里

钻，甚至大哭起来。这样一来，孩子就大方不起来了。家长应在客人一来时就提醒客人：“孩子认生，先别理他，我们聊一会儿，他就会主动来找你玩的。”

这一阶段的孩子正处于既有与人交往的愿望，又怕生人的心理状态期。因此在孩子会行走后，应该经常让他与生人接触熟悉，如经常带他出去逛一逛，每天领他到别的小朋友玩的地方玩，尽管他可能一时同别的孩子还玩不到一起，但孩子还是有兴趣的，慢慢地他就会同别的孩子一起玩了。

一、1岁~1岁6个月：孩子的积极探索求知期（2）

3.孩子之间的交往

这个年龄段的孩子初到一起时，会主动地相互注视、逗笑，你摸摸我、我碰碰你。这是孩子间的一种交往形式，也是孩子社会性的需要。然而，他们在一起玩耍时还不会互相配合，往往是各玩各的，时而还免不了发生一些“小争端”，小伙伴常常不打招呼就抢走对方的东西。家长可能对此很不满意，认为是孩子自私，有时还会给孩子一点惩罚。其实这属于正常现象，这是由于孩子的自我意识发展不够完善造成的。

1岁多的孩子，自我意识处于萌芽阶段，仅仅能意识到自己的存在和独立的力量，仅仅懂得“我”的含义，有时甚至还不会说“我”这个字，并且还不能意识到在我之外还有“你”、“他”的存在和力量。因此这段时期的孩子，想法是：我的是我的，你的还是我的。孩子的这种认识不能称为自私。随着孩子知识和经验的增长，自我意识的不断完善，交往愿望的日益增强和语言的发展，在正确的教育下，他的这一问题是不难克服的。

4.积极地探索求知

这个时期的孩子，已经能理解大人的态度了，即使他还不能说话，但大人对他所做的事是否赞成，他可以通过大人的语言、脸色等完全理解。值得注意的是，此时孩子已有了探索求知的要求，不要认为他去摸电线、拿手机仅仅是为了好玩，这也是他探索的内容之一。他想了解一个物品，就要用手摸一摸、用鼻子闻一闻、用嘴尝一尝，仔细考查，这是这个年龄的孩子认识周围环境的方式。对孩子来说，世界充满了他刚刚发现的各种新事物。这些发现既可能激发孩子的求知欲，也可能是造成孩子意外伤害的原因。所以这段时间既要保护孩子探索求知的积极性，又要保证孩子的安全和家用物品的安全。

想解决两者之间的矛盾，就要把重点放在预防上。将危险、易损的物品放在孩子摸不到的地方，给孩子专门腾出房间的一部分，或院子里的一个角落，让他在那里安全、自由地探索一切他感兴趣的东西。如果孩子拿了不该玩的物品，家长要引导孩子，要想办法用另一个可玩的东西去换，而不是硬抢过来。当然，家长在教育孩子时并不是一定不能对孩子说“不同意”或“不行”，只是越少越好，这样孩子才会更重视这个“不”字，并从“不”中学到更多的知识。比如孩子要去摸带电插座时，家长必须严厉地告诉孩子“不行”，并且伴以严厉的语调、脸色来表明态度。仅仅这样还不够，对1岁半左右的孩子，还必须用行为来告诉他。即刻带他离开电插座，这样他就会知道你认真了。然而有的孩子还会再去摸电插座，这时你应该和上次一样，坚决制止他。这样孩子就会明白，那个东西真的是不能摸、不能碰的。

5.孩子为什么爱打人

爱用手打人也是1岁多孩子的特征之一。孩子的这个行为在这个年龄段很常见，然而却带给大人很大的困惑。1岁多的孩子走路、爬、跳、拿、摔、丢等动作都能做了，但这些动作还不够熟练，常常是东跌西撞，让人觉得孩子十分顽皮。这个时期的孩子对周围一切充满好奇，但又无法用语言表达，就只好用特有的工具——动作了。孩子用手拍打也许有以下的原因：

□对新世界的探索：面对眼前的景色和人物，孩子会先仔细看，确定是什么，然后就想伸出手“探索”一下，对孩子来说拍打妈妈和拍打玩具、桌椅并没有太大的区别。

□打招呼：客人来了，伸手摸摸孩子的小脸，捏捏孩子的小腿，逗得孩子很开心。于是，孩子举起小手也朝客人的脸上挥去，在孩子看来自己也是在和客人打招呼。

□生气了：孩子不能准确地用语言表达自己的需要，或情感遇到挫折、误会，别人不了解他时，只好用哭闹或动手动脚的方式来表达了。

身教重于言传：孩子的模仿能力很强，由于认知能力有限，不明白事

物之间的因果关系，常常会模仿周围人的各种举动。有些孩子的攻击行为是从成人那里学来的。所以家长一定要特别留意在孩子面前的言行。

提供一个满足孩子需求的环境：孩子对一切充满好奇，又有充沛的精力。家长应多带孩子出去活动，在草地上打滚、跑跑跳跳等都有助于孩子的身体发育。给孩子安全的敲打工具，如海绵填充玩具，以满足孩子的击打愿望，并引导孩子通过多种方式接触世界，如看书、听音乐等。

一、1岁~1岁6个月：孩子的积极探索求知期（3）

6.怎样对待孩子的自我意识

1岁~1岁6个月正是孩子自我意识的萌芽期，孩子想自己动手吃饭、摆弄东西、到处试验自己的能力和体力，若是受到妨碍或要求得不到满足，又不能用语言表达自己的意愿，就会哭闹、摔打东西，甚至动手打人。碰到这种情况时，如果家长一味地迁就满足孩子的要求，以后孩子则会用相同的方法来要挟大人。因此当孩子想以此达到其无理要求时，家长应予以拒绝，并设法将孩子的注意力引到其他方面去。对待孩子的自我意识，家长应该注意以下几点：

□解释原因：1岁~1岁6个月的孩子，好奇心很强，不知道什么是危险，对一切都无所顾忌。可能当妈妈拔下电吹风的插头刚梳了两下发，低头一看，孩子正在脚下试图将插头插回电源插座。这时妈妈要对孩子说“不”，告诉孩子：“电是很有用也很可怕的东西，它会引发大火烧着你的，那时候你就见不到妈妈了。”孩子就很容易接受。

□父母的意见要一致：孩子要吃冰激凌，爸爸同意，妈妈却不同意，如此意见相背，孩子就不知道该听谁的了，而且也容易造成孩子的投机心理，对支持他的一方有好感。因此在发生类似情况时，即使父母一方说得不太合理，另一方也不要当着孩子的面反驳，而应当私下沟通。

□坚持到底：如果孩子看到喜欢的玩具就非买不可，而他已经有好几件这样的玩具了，这时家长就应该很坚决地告诉他“不能买”，即使孩子又哭又闹，都不要动摇。如果家长有一次向他妥协，那么今后碰上类似的情况，孩子还会使出这个手段，并乐此不疲。

□不能讲条件：孩子吃饭磨磨蹭蹭，家长对他说：“吃不完饭，就别想看动画片。”这种方法可能会一时奏效，但会造成另一个不好的影响，孩子也会仿效大人，动不动就讲条件。

给孩子其他选择的机会：孩子非要吃冰激凌，而他虚弱的脾胃可能会因此闹病，家长可以对他说：“你的胃不好，吃冰激凌会拉肚子，你可以吃酸奶或喝牛奶，这两个你要哪一个？”用商量的语气同孩子说话，给他一个选择的机会，孩子会乐意接受的。

不能总说“不”：只有在孩子进行危险活动或提出不合理要求时，家长才能说“不”，对孩子不可限制太多，否则会使他把家长的告诫当耳边风，而且还会令孩子变得胆怯，或产生逆反心理。

7.训练与游戏

（1）照料布娃娃

孩子喜欢像妈妈照料自己那样去照料布娃娃，抱起来哄它不哭，拿奶瓶喂它吃奶，拿勺子喂它吃饭，用条毛巾当被子盖着让娃娃睡觉等。家长同孩子一起做这个游戏，帮助他找道具，替他出主意，让孩子用爱心去照料自己的小娃娃。学会照料别人，是人际关系中的重要内容。无论男孩、女孩都应鼓励其参与这种游戏，让孩子从小学会关爱别人，照料小娃娃、老人、病人等需要照顾的人。

二、1岁6个月~2岁：孩子自我意识萌芽期（1）

1.孩子出现自我意识萌芽

1岁半~2岁的孩子，动作能力不断发展，可以自由活动，并出现自我意识的萌芽。这时的孩子虽然还要依赖家长的照顾，却又常常同家长作对，不断提出这样或那样的要求，如果要求达不到就哭闹、发脾气。这些都是幼儿发育中的正常表现。因为这个年龄的孩子独立的愿望越来越强，却又分不清什么该做，什么不该做；什么对身体有利，什么对身体不利。所以家长应该根据具体情况，正确回应孩子的要求。

2.孩子爱提问怎么办

由于孩子的知识有限，各方面能力尚待发展，他独特的思维方式、异于成人的视角和观察事物的方法，都使得他常常提一些成人难以回答的问题，如“天上的星星有多少？”“是谁放上去的？”……这些问题常常使家长感到不知所措而做出一些不当的回应。有的家长敷衍了事，每当孩子提问时总是说：“不要问了，长大你就知道了。”有的家长采取排斥、压制的方式，说：“真讨厌，不要问东问西的！”家长长期这样对待孩子的提问，久而久之，一部分孩子就会变得沉默寡言，影响语言能力、观察能力和思维能力的发展；而另外一部分孩子则会变得不听话、更加贪玩。

实际上，孩子提问是其不自觉地运用语言、锻炼语言的一种方法，是孩子自发学习、自发思考的一种行为。家长应该认真对待孩子的提问，做到正确对待、正确回答他的问题。这样既可教会孩子各种他感兴趣的知识，同时又锻炼了孩子的语言能力、思维能力。

3.孩子需要小伙伴

这个时期的孩子开始对周围的小伙伴感兴趣，想和其他小朋友一起玩的愿望越来越强烈。一见到别的小朋友，孩子就会表现得很高兴，他会与人家手拉手、摸摸人家的脸，或彼此相视而笑。在家长的

引导下，两个孩子还能在一起玩上片刻。虽然他们在一起玩时往往是各玩各的，看似互不相干，但有小伙伴在场时，孩子玩耍的兴趣和效果却不一样。有小伙伴在场时，孩子能用一个玩具做出更多的游戏动作，玩的时间也更长。

在与其他孩子一起玩耍的过程中，孩子开始意识到同伴的存在，学习如何配合别的孩子进行初步协调，同时也观察、模仿别的小伙伴的玩法。但他还不懂得和朋友一起玩，看见别的孩子玩得很开心，他就会模仿着做，活动他的身体，或跟着一起笑。孩子对玩具只分喜欢或不喜欢，而不去考虑是不是属于自己，所以抢夺玩具的情形经常可见，这是因为这阶段的孩子还没有形成“所有权”的概念，在他的心目中，从别人手中取得的玩具与从自己玩具架上去拿玩具没有什么差别。

如果家长发现孩子们在打架，将他们拉开即可，不必去责备他们。为防止孩子之间发生不愉快，最好分给每个孩子一件玩具，教他们用自己手中的玩具跟别人换。如果你的孩子表现得太好强，总是抢小伙伴的玩具，你可让他与大一些的孩子一起玩，这样他就会收敛一些，学习控制自己的愿望和行为，这是孩子学习成功交往的开端。还有些孩子不愿把自己手中的玩具给别人玩，对于这一年龄段的孩子，这种表现也是正常的。随着孩子年龄的增长，家长要教会孩子在与小伙伴玩的过程中，逐渐懂得与小伙伴分享自己的玩具，并体会到这样做之后获得赞赏的愉快心情。

孩子与小朋友玩耍或共同参加其他各种活动时，家长都要顺其自然发展。当孩子没有参与的愿望时，不要勉强，而当他想参与时，也不要因为不合大人的心愿和安排，而加以阻止。当孩子遇到困难和挫折时，家长更要给予鼓励和帮助，促使他参与成功、体验愉快，提高他参与的积极性，树立克服困难的信心。

4.独立行动的倾向

这个年龄段的孩子比以往更加积极主动地探索和认识周围世界，这种独立倾向可以从“我自己”这个词上表现出来。孩子对于可以自己完成的动作，总是喜欢独立完成，而不要成人的帮忙。如当妈妈帮孩子穿衣服时，他会说：“我自己穿”；当爸爸要喂他吃饭时，他又会说：“我自己吃”；如果带他上街，他会挣脱大人的手，要求自己走……

孩子的这种独立行动的倾向，是孩子发展有目的、有意识的活动的基础。因此，大人应该积极地加以鼓励和引导，尽量给孩子多提供一些机会做他力所能及的事情，让孩子体会到自己动脑筋、自己动手做事的乐趣和喜悦。不要因为孩子做不好、或怕孩子动作慢而代替他完成，这样会阻碍孩子独立性的发展。另外，这一阶段的孩子虽然独立愿望越来越强，但独立做事的能力却很差，因此家长既要允许孩子在某些方面依赖于大人，以稳定他的情绪，又要鼓励他，并对孩子的行动提出适当的要求，如自己穿衣、吃饭等，从而培养孩子的独立能力。

二、1岁6个月~2岁：孩子自我意识萌芽期（2）

5.主动与人交往

这时的孩子既能走路，又会用语言表达，对周围的事物更加好奇，而怯生的程度已大大减轻，他会对一些新的面孔发生兴趣。家长可以鼓励孩子，创造机会让孩子学习主动与别人交往，特别是与他年龄相仿的孩子交往。小朋友之间可能会相互接触，或交换玩具，让孩子在这些简单的活动中，得到乐趣。想要让孩子建立友好的人际关系，首先应教孩子学会一些基本的交际动作，比如拥抱、握手、微笑等。家长可以在上下班时教孩子学做这些动作，如妈妈去上班，可以教孩子说“再见”，或亲吻妈妈一下。小朋友来了，可以教孩子互相握手或拥抱等，通过这些日常动作增强孩子的交际意识。

6.看别人玩对发展社会交往能力有益处

许多家长希望孩子从小能多与别的小伙伴交往、游戏、玩，但有些孩子往往喜欢看别人玩，却不参与。其实大多数孩子都要经历这样一个阶段。孩子的交往与其年龄有着密切的关系。儿童在游戏中的交往是从3岁左右开始的。而2岁左右的孩子独自游戏比较多，孩子彼此之间没有联系，各玩各的，以后慢慢在游戏中互借玩具，彼此之间的语言交流及共同合作才逐渐增多。

爱看其他孩子玩对发展孩子的观察能力大有益处。通过观察，孩子可以学会和提高参与各种活动的能力。所以当大人发现孩子喜欢观察周围儿童的游戏时，应感到高兴，并同时为他提供各种观察的条件和机会。若孩子观察时注意力较集中，由无意注意转向有意注意，这正是他想参与活动前的准备。对待孩子的这一表现，家长千万不可操之过急，应尊重孩子的发展规律。

7.享受玩具的快乐

孩子对玩具的兴趣非常浓，玩的方式随着年龄的增长也在发生变化。1岁6个月左右的孩子已经能够玩比较复杂的玩具了，对玩具和游

戏也开始运用自己的分辨力，并加入自己的想象力。孩子的手腕和手指技能有一定的发展，能够较好地运用手眼协调能力，摆弄一些复杂的玩具，如小工具、小餐具、小炊具等。几何图形嵌板适合2岁左右的孩子玩，需要分辨大小的套叠玩具(如套杯)也能带给这个年龄段孩子极大的快乐。此外，发挥孩子想象力的玩具也很受欢迎，如手机、插嵌型积木、能穿脱衣服的娃娃等。

家长应充分利用玩具教育孩子，让孩子享受玩具与活动的乐趣，在轻松的玩耍中获得情绪上的满足，自然而然地获得感官刺激，激发和培养孩子广泛而浓厚的兴趣。家长应该让孩子有足够的玩具和空间，为孩子创造一个宁静的环境，能自由自在、聚精会神地玩耍，以培养他的专注力。

8.训练和游戏

（1）大家一起做律动

鼓励孩子和家长一起做律动。家长边听音乐边拍手，如果到某一拍需要跺脚、弯腰、转身、双手在右侧拍、双手在左侧拍等，让孩子跟着一起做。孩子在家可以经常和家长一起做律动，到亲子园就可以跟着老师配合音乐的旋律来做律动。有许多小朋友一起随着音乐做律动，会使孩子感受到群体游戏的快乐，感受到节拍的快感和动作一致的美。孩子和大家一起做相同的动作时，会互相观看、彼此学习。孩子在这个过程中会渐渐学会约束自己，尽量和大家一致、共同行动。

三、2~3岁：孩子进入“第一反抗期”（1）

1.什么是“第一反抗期”

这时期的孩子开始表现得特别不听话，逆反心理强烈，事事都要按照自己的意愿去做。“第一反抗期”是孩子自我意识迅速成长的表现，也是发展孩子独立性和自信心的大好时机。但有些家长对孩子进入“第一反抗期”的变化不能正确理解，认为孩子变坏了、不乖了，而对孩子的行为横加指责，这对孩子的心理发展会产生极为不利的影响。

2.教孩子正确的建立“自我”

这一时期的孩子强烈要求摆脱大人的庇护，希望按自己的想法玩耍，而不愿再事事听从大人的摆布。常常什么事情都争着自己干，想做什么就要立即去做，想得到什么就非得到不可。如果大人不同意，就会大发脾气、哭闹不止，所以很多家长都感到这个阶段的孩子难带。

其实孩子正是在利用反抗来建立“自我”。因为这时孩子常常觉得自己能干了，不愿意处处受大人支配，便以不服从、哭闹来达到这个目的。这一现象是孩子心理发展的必经之路，家长一定要尊重孩子什么都想干的愿望，尽量为孩子创造更多发挥独立性的机会。当孩子发脾气时，家长可以装作不知道，暂时不去理他，或把孩子的注意力引向其他游戏。这样孩子的反抗心理就能得以缓和，并有助于促进孩子心理的正常发展。如果大人对孩子管教过严，用过多的“不行”和“镇压”来制止反抗，会阻碍孩子自我意识的发展。相反，如果为了不让孩子哭闹而一味地取悦迎合孩子，则会滋长孩子任性、固执等非理性的意志萌芽。

3.自我意识和占有欲

随着孩子自我意识的发展，他的头脑中有了“我的”、“我自己的”等概念，但对“你的”和“他的”等概念又比较模糊，所以对这一时期

的孩子来说，一切东西只要他喜欢他便认为都是自己的。因此当家长发现2岁的孩子抢夺同伴的东西时，千万不要大惊小怪、厉声斥责。随着孩子年龄的增长（一般到3岁左右）和自我意识水平的提高，在正确的教育下孩子会克服这个问题的。

但如果孩子经常抢夺同伴的东西，家长就应当给予正确的引导。可以让他跟较大的孩子交往，较大的孩子懂得保护自己的东西，会制止他的抢夺行为。

相反，如果孩子的东西经常被别的小朋友抢夺，就让他和较小的伙伴交往以减少受侵犯的机会。如果孩子不愿意把自己的玩具让别人玩，而大人却强制孩子让出，这不仅不能使孩子学会“礼让”，还会使孩子感到大人也要占有他的东西，结果反而会促使他产生更强烈的占有欲。因此在实际生活中，家长可用引导的方法，让孩子把玩具拿出来与小朋友一起玩，令孩子从中体会到与同伴一起玩的欢乐。

三、2~3岁：孩子进入“第一反抗期”（2）

4.如何与小伙伴交往

2~3岁的孩子爱找小伙伴玩，但现在的孩子多为家中“独苗”，与同伴交往的机会很少，同时又缺乏社交锻炼，很容易与小伙伴发生不愉快。家长要帮助孩子学会一些社交技巧，鼓励孩子说出“我跟你玩好不好”等话。让他知道别人的东西，未经许可不能乱动，有任何要求必须先征得对方的同意等。家长平时也应尊重孩子，不过分干涉孩子的游戏方式和内容，让孩子体会被人尊重的同时，也学会尊重别人。

为孩子选择年龄相近的伙伴，如果在相处过程中发生小摩擦，若不影响安全，不妨让孩子自行处理，孩子的社交能力会在处理与同伴矛盾的过程中增强。如果发生较大的冲突，可将孩子暂时隔开，等他感到跟朋友玩比被隔离更有趣时，教他懂得分享、等待、轮流等观念。家长不要剥夺孩子与人相处、处理问题的机会，因为只有遇到问题，孩子才能学会解决问题。

5.孩子的性别意识

2~3岁是孩子性别理解能力发展的一个重要时期。家长要对孩子及时进行性别教育，使孩子对自己的性别形成正确的认识。孩子对性别的理解是一个渐进的过程，对孩子进行性别教育应首先从孩子认识自己的性别开始。大约2岁半左右，孩子就开始知道自己是男孩还是女孩，自我性别认识完成后，孩子会很高兴地接受，并学习被社会所认同的相应性别的行为。3岁以前的孩子主要在家庭中生活，所以家长对孩子性别意识的建立起着至关重要的作用。如果小时候孩子对自己的性别认识混乱，将有碍孩子日后心理社会性的发展，特别是影响其性心理的正常发展。并且这种不正确的性别认同一旦形成，往往很难改变。为了使孩子在建立正确性别意识的基础上得到个性的全面发展，家长应注意以下几点：

家长的期望对孩子性别认同有影响：受社会文化的影响，人们对不同性别的要求是不一样的，家长对孩子的期望会影响孩子对自我的认同。如果是男孩，家长就希望把他培养成一个勇敢、强壮、具有男子气概的人；如果是女孩，家长就希望她成为一个温柔、细腻、可爱的人。这种观念上的定位，使家长会根据孩子的性别作出不同的反应。如家长喜欢给女孩买娃娃，鼓励她做安静的游戏；给男孩买玩具枪、足球，赞同他做激烈、富有挑战性的游戏等。这种性别期待有利于孩子产生相应的性别行为，作出正确的性别认同。

认识到传统观念的局限性：传统的性别观念虽然有利于孩子建立正确的性别意识，但过度使用会令家长对孩子的教育出现片面性。无论男孩还是女孩，在生活中除了具有自己性别中的一些典型特性外，在不同的场合或对象面前还需要表现出不同的性别特性。因此只要是积极向上的个性特征，家长就应予以鼓励，不要拘泥于“像男孩还是像女孩”的思维模式，要让孩子得到全面的发展，更好地适应未来的挑战。

给孩子的穿着打扮要适当：孩子对于性别的最初认识源于人的外部特征，其中穿着打扮起着不可忽视的作用，而这通常是由父母决定的。有的家长由着个人的偏好打扮孩子，如给男孩子穿花裙子、化妆成女孩等，这种做法非常不利于孩子正确性别意识的形成，久而久之会对孩子的性别角色发展产生影响。

防止孩子出现性别认同异常：家庭中父母双方要扮好自己的性别角色，因为孩子知道自己的性别后，喜欢模仿同性别父母的行为。对于双亲不全的家庭，应采取一定的补救措施。在缺少父亲的家庭里，男孩性格倾向于女性化，女孩性格倾向于男性化。不要让孩子总是和异性伙伴做游戏，在孩子的小伙伴中，不应缺少同性别伙伴。母亲对男孩不要过于保护，不要禁止他参加男孩们的激烈游戏，更不能鼓励男孩或女孩的极端异性化行为，如小男孩用母亲的口红抹嘴唇，即使的确好看，也不宜当面称他漂亮。

三、2~3岁：孩子进入“第一反抗期”（3）

6.孩子的恐惧感

（1）对黑暗有惧怕感

家长平时绝不能用“关黑屋子”的办法来惩罚、吓唬孩子，否则孩子会把黑暗与恐惧联系起来，对黑暗的惧怕感会愈加强烈。为了淡化孩子的恐惧感，家长要利用日常生活中的各种机会，自然而有意识地锻炼孩子。用浅显的语言把黑夜的形成原因告诉他，消除孩子由于黑暗的神秘感而引起的恐惧。

（2）害怕打雷

家长可用形象的语言给孩子讲解这一自然现象的成因。如：“打雷是因为下雨之前，天上的乌云很多，它们在一起挤着挤着就打起架来，发出好大好大的声音，这就是我们听到的雷声了。”这样会减轻孩子的恐惧，还可以让孩子用语言表达出来，如“你们不要再打架了”“这个声音不好听”等，来减轻孩子对雷声的恐惧。

（3）害怕猫、狗等小动物

孩子害怕猫、狗等小动物可能与这些动物曾追、咬过他有关。家长可以给孩子看一些介绍小猫、小狗的画册，了解其习性，或让孩子逐渐接近一些家长比较熟悉的，较温顺的小狗、小猫，甚至还可以让孩子轻轻摸摸它们的皮毛，孩子会渐渐消除这种恐惧的。

（4）害怕某些昆虫

孩子害怕某些昆虫很多时候与大人的态度有关。小孩子并不懂得害怕昆虫，但如果在他摆弄昆虫时，大人惊慌失措地阻止，就会使他产生恐惧。只要孩子摆弄的是无毒无害的虫子，家长即使害怕也不应表现出来。

（5）害怕独处

家长要逐步帮助孩子克服害怕独处这类恐惧，如先陪孩子一起去洗手间，再慢慢让他自己去，并告诉他“妈妈在这儿看着你”。家长要

真的站在稍远的地方注视孩子，不要等孩子一进洗手间，大人就离开。最后鼓励孩子自己去，如果孩子做到要表扬孩子，以激起孩子克服恐惧的自信心。

7.孩子的嫉妒心理

在日常生活中，我们会看到类似这样的画面：两个孩子刚开始还高兴地在一起搭积木，一个搭得又快又好，一个搭得又慢又差，搭得差的孩子几经努力，还赶不上搭得好的孩子，他便会把对方的成果推倒，让大家都玩不起来。这是孩子嫉妒心理的表现之一，孩子产生嫉妒心理后，往往容易把怨气指向别人，过分的嫉妒会令孩子的性格变得抑郁多疑、神经过敏、执拗任性等。家长要注意及时疏导孩子的嫉妒心理。

家长除了指导孩子正确地认识和评价别人以外，更重要的是应尽量避免易使孩子产生嫉妒心理的环境刺激，设法引导孩子将嫉妒的消极情绪向积极方面转化。家长要激发孩子的竞争意识和自强信念，帮助孩子分析别的小朋友是如何获得“成功”的，使孩子改变只从结果进行比较的思维。帮助孩子发现自身的弱点，找到“超过”别的小朋友的优势和方法。家长在日常生活中要注意对孩子进行精神鼓励，保持孩子愉悦舒畅的心态，促进孩子健全人格的形成和发展。在孩子妒火中烧时，家长不能火上浇油，如指责孩子“无能”“没出息”等，而要对孩子进行积极的情感暗示，适时转移他的注意力，用另一种情感冲淡或代替嫉妒心，如讲故事、带孩子出去走一走等。

三、2~3岁：孩子进入“第一反抗期”（4）

8.判断力与自控力

在教育孩子时，家长的态度要统一，对孩子的要求要前后一致，该坚持的就要坚持，不管孩子如何哭闹，都不要迁就其不合理的要求。同时，家长应帮助孩子了解：有些事能做，有些事不能做；有些行为对自己有利，却会伤害别人。通过生活中一些可感知的事例，引导孩子进行简单的判断和分析，促进孩子对美丑善恶的辨别。只要坚持，孩子心中的道德水平会逐渐地形成，他就不会再由着自己的性子去做事了，行动之前会有所考虑、有所克制。

想要培养孩子的自控力，家长必须先善于控制自己，为孩子做出表率。如家长在孩子面前，不要放任自己随便发脾气，不要只顾玩，不顾家。否则由于大人的言行不一，就很难培养出孩子的自控力。孩子的自控力是在家长的言传身教中，在孩子参与的相关活动中逐渐形成的。因此家长还要注意创造机会，让孩子的自控力得到锻炼和发展。

9.孩子应适当受些挫折

许多家长认为挫折会使孩子变得紧张和缺乏自信，其实生活本身包含了许多挫折，只有在经历挫折的过程中采取正确的态度，才能战胜挫折。孩子普遍在心理上具有脆弱、依赖的特点，如果家长再给予孩子过多地溺爱，孩子一旦遇到挫折，就很可能会出现消极被动行为（如哭叫、逃避、轻易求助等）或攻击性行为（如打人、摔物品等），甚至出现自残自伤现象。

家长要帮助孩子正视挫折，教孩子对应挫折的具体方法，锻炼孩子对挫折的心理承受力。培养孩子开朗乐观的性格，多给孩子讲一些战胜挫折的小故事，增强孩子的挫折意识。依照孩子的年龄特点，有意识地设置一些挫折情境，训练孩子应付挫折的能力。孩子在平时的生活、交往或游戏中遇到困难和障碍，家长应鼓励孩子自己去解决。

如果孩子因能力不足而未达到预期目标，家长要给孩子做一些鼓励性的解释，如：“你已经努力了，比上次有进步，多练习几次你一定能成功。”孩子受了很大的委屈，可以让他尽情地用语言发泄，以减轻挫折感，避免心理受损。同时，家长可以注意在平时培养孩子多种有益的爱好，当孩子遇到挫折时，把他的注意力转移到这些爱好上来，变消极因素为积极因素。

10.良好个性的形成

孩子的个性大多在3岁左右就已经形成了，因而良好个性的培养必须从小抓起。通常家长在教育中常会出现如下问题：

□对孩子过度关心、照顾：家长不放心让孩子同人接触，总怕孩子受欺负或遇到危险，其实这样只会使孩子胆小、缺乏主见、遇事优柔寡断、孤僻，不适应集体生活。

□对孩子过分溺爱、娇惯：孩子易被养成：任性、撒娇、骄傲、放肆、不懂礼貌、以自我为中心、缺乏责任感和耐心的性格。

□对孩子冷漠、不关心：孩子只好从他处寻求认可，想方设法吸引别人对自己的注意，表现为：或喜欢惹是生非、攻击他人，或表现为情感淡漠、内向自闭。

□对孩子管教过分严厉、粗暴：孩子会形成：胆怯、软弱、自卑或粗暴、反抗、不诚实以及为了保护自己而说谎的性格特点。

□对孩子的态度忽冷忽热、反复无常：孩子常常表现为：情绪不稳定、多疑多虑、缺乏主见或判断能力。

□父母对子女间有不公平的态度：孩子易产生嫉妒心理，对个性形成产生不良影响。

1~3岁是孩子良好个性塑造的最佳时期。家长应把握住这个关键时期。让孩子保持身心健康发展，将来为社会作出贡献。良好的家庭环境、融洽和睦、团结友爱的家庭关系，对陶冶孩子的心境和情感特别重要。家长要注意提高自身的修养，为孩子树立良好性格的榜样。3岁以后让孩子进入幼儿园接受集体生活的训练，体验群体生活的乐趣

和团结友爱，培养爱学习、守纪律、尊敬老师、助人为乐、心胸豁达的性格和品德。同时，家长还应重视培养孩子独立生活的能力，为今后适应社会打下良好的基础。

11.训练与游戏

（1）家务劳动练习

家长应让孩子学习一些劳动技能，养成爱劳动的好习惯。最初让孩子学习的家务劳动可以是自己吃饭、穿衣、洗手等，慢慢过渡到为家人服务，如给爷爷扇扇子、给奶奶捶捶背、为下班回家的爸爸拿拖鞋……这个年龄段的孩子对很多事情感兴趣，喜欢帮助家人做家务。虽然开始时他可能做不太好，家长一定要耐心教，别因嫌麻烦而不让他做，使他失去做家务的兴趣。

一、1岁~1岁6个月：孩子数学能力的早期表现

1.分出大小和方圆

孩子早期的数学能力是通过分大小、认形状表现的。家长在教孩子认识大小、形状时可用单色的硬纸板裁成2个大圆片、2个小圆片、2个大方片、2个小方片等。由家长提要求，让孩子拿纸片，家长说："给我大的圆片"，孩子将2个大圆片递过来；家长说："给我小的方片"，孩子将2个小的方片递过来；家长说："给我1个大的方片和1个小的圆片"……当孩子做得不准确时，家长一定要耐心指导他，而每当孩子拿取正确时要注意运用"及时表扬抚摸鼓励法"表扬孩子。

2.认数字

学会认数字是孩子早期数学能力的主要表现。家长可将写有1、2、3的数字卡片贴在门或墙上，家长抱起孩子，用手指着"1"对孩子说"1"，然后问孩子哪个是"1"，孩子指认正确时要表扬孩子。孩子有了成就感，就很容易再继续学认下去了。家长教孩子认数字每天要复习，使孩子认识的数字得到巩固，并逐渐发展到认识4、5、6……

开发孩子早期数学能力的方法

早期数学教育是让孩子从认识具体事物开始逐步认识抽象事物。抽象事物都是从具体事物中抽象出来的，多接触具体事物的数和量，才能认识抽象的数。例如人不断地认识2个苹果、2个皮球、2本书……自然就会慢慢认识"2"了。3岁以前儿童的抽象思维能力较差，而识数练习不仅能极大地提高孩子的抽象思维能力和空间想象能力，而且有助于培养孩子专注、爱钻研的性格品质。

3岁以前的孩子，学语言是从情境领悟、印象记忆开始的，学习识数也一样，要提倡数学生活化、游戏化。具体方法包括：

物化法：数字虽然抽象，但都是在具体事物的基础上概括出来的。教孩子学数字要从具体直观入手，通过数具体事物让孩子逐渐理解"数"的概念。孩子会说话之后，要经常在平时生活中教他数东西，

如上下楼梯可数台阶，走一步数一个数；或让孩子数家中的灯、床、椅子物品等。

□比较法：孩子学会数数后，家长再教孩子辨别生活中常见事物的度与量的差异，如苹果的大小、铅笔的长短、人的高矮胖瘦、道路的宽窄远近、方向的上下前后等，通过这些活动让孩子逐渐形成度与量的概念和空间概念。

□游戏法：可用石子、象棋子、围棋子、火柴等物品让孩子在桌上玩数学游戏。游戏法是早期数学教育最好的方法之一，让孩子在不知不觉中学习，常有事半功倍的效果。

□分配法：要让孩子经常参与物品的分配，如吃苹果让孩子分给全家，吃饭让孩子分配碗筷等，让孩子在分配的过程中识数。

□分类法：经常让孩子做分类游戏，如一罐纽扣，先按大小分类，再按颜色分类等。通过分类游戏，让孩子慢慢建立起数群、集合的概念。

3.训练和游戏

（1）玩套环学数数

让孩子将玩具套环套在家长的手指上，这是一种练习手眼协调的游戏。开始学习时让孩子将套环套在家长手指上，套入一个就要表扬孩子，并伸出食指说“1个”；套入第二个后，伸出中指说“2个”；套入第三个后，再多伸一个手指说“3个”，以次类推。孩子喜欢来回地练习，也会模仿着说“1个”“2个”“3个”……同时教孩子认读1、2、3的字卡，孩子认读正确时要表扬孩子。平时家长和孩子对坐时，可以让孩子跟着家长背1、2、3……有些孩子能跟家长背诵到10。不必要求孩子指着数环或数手指，因为孩子手的能力不足，孩子是口比手快的，所以点数要留待孩子2岁半左右再学习。

二、1岁6个月~2岁：孩子从生活中学习数学

1.从实物中理解数的概念

实物能带给孩子直观的印象，便于孩子理解抽象的数字概念。这个时期的孩子，最容易接受用糖果、饼干等孩子喜爱的食物作为道具，学习数学。如家长问：“你要几块饼干？”孩子可以伸手指或说数字回答。有了具体的实物孩子就容易与所说的数字产生联系，渐渐记住数字所代表的量。

2.学数数

孩子数数时，由于口头背诵比动手操作快，往往出现手口不符的现象。这时家长可以带孩子一起数，帮助孩子逐渐提高数数的准确性。1岁6个月左右的孩子数到10就可以了，练习手口一致的数数，是为进一步学会准确数数做准备。家长可以在孩子垒积木时，教孩子一边垒一边数数，或在孩子学穿珠子时，教孩子穿上一个数一个。

3.训练和游戏

（1）认识“1”和“2”

家长教孩子先用手指着自己身上某个部位，然后说“我有1个鼻子”“我有1张嘴”“我有2只眼睛”“我有2只耳朵”“我有两只手”“我有两只脚”，等等，反复玩，练习认识“1”和“2”。

三、2~3岁：孩子开始理解基本数学常识

1.具有基本的数学常识

这个阶段的孩子已经会按照生活习惯看钟表，知道早上两个时针竖成一条直线时应当起床，中午两个时针都指向钟顶时就要吃午饭，下午两个时针再竖起来时爸爸妈妈就该下班回家了。孩子会利用重叠法或一对一的排队法区分长短、高矮、大小、多少、粗细等，能记住自家的楼号、门号和电话号码，经过练习甚至可以学会按键打电话，记住3组左右8位数的电话号码，还能记住小汽车的牌号等。

2.理解简单数的概念

孩子此阶段已能理解数字顺序的大小，会用卡片玩1~5或1~10的赢大小游戏。看到两个并排的数字，能读出“几十几”的两位数。能分清自己身体部位的左右、分清鞋的左右，理解上街时如果去的方向是向右转，回来的方向应当是向左转。3岁的孩子可背50~70个数，数1~19个数，理解5以内的加减法，还会拼合正方形和三角形的1/2和1/4等。

3.数数能力进一步发展

孩子对物品大小、数量的认识，是在对实物的比较中形成的。利用大小、质地不同的物品，如积木、纽扣、塑料球等，让孩子用眼睛、手、口等多种感官结合，比较、认识物品的大小和数量。还可配合动作教数数，如口读“1”，手指拨动一个物品；读“2”，再拨动一个物品；读“3”，再拨动第三个物品。教孩子学数的概念，应该由易到难，从具体到抽象，循序渐进地进行。2岁多的孩子，已能手口一致地数数，并能数出总数，家长要及时“表扬”。

4.训练与游戏

（1）看牌识数

家长准备扑克牌红桃、梅花、方块、黑桃1~5各5张，并准备一盒积木。任意取一张牌，让孩子说出是几，并取出同样数目的积木，反

复练习。

给孩子同一种花色1~5五张牌，让孩子按数的大小顺序排列，以此熟悉1~5的数字排列顺序。

将4种花色的20张牌混放在一起，让孩子依次找出1~5各4张，使孩子知道尽管花样不同，数字仍是一样的。

四、走出早期教育的瓶颈

多数家庭早期教育失败的重要原因之一，就是在家长对孩子认字、识数的诱导教学过程中，孩子出现了“厌字、厌数”的现象。由于孩子拒绝认字、识数，很多家长最终不得不放弃或降低早教的要求。家长在对孩子进行早期教育中，早期认字、识数是孩子必须要经历的一段路程，在这个过程中，家长应注意以下几个问题：

1.孩子产生“厌字、厌数”的原因

（1）家长自身能力不足

在不了解婴幼儿心理特点或掌握早期教育方法有限时，有些家长仓促上阵，盲目对孩子进行早期能力开发和早期教育。

很多家长在对孩子进行早期教育的过程中，所教的量超出了孩子能力接受范围，伤害了孩子的兴趣，甚至引起了孩子的反感，而家长还不自知。特别是当孩子2岁左右时，他识字能力有限、注意力集中时间短，家长不懂得儿童心理特点，与其他家庭成员一起，全然不顾孩子的兴趣和承受能力，轮番上阵对孩子进行“教导”，常常出现“教导”时间过长、过频的现象，或者在孩子认字、识数已经处于饱和状态时，未能指导孩子对已学的知识及时进行消化吸收，从而导致孩子出现“厌字、厌数”的问题。

（2）家庭环境等客观条件有限

有些家长未能给孩子提供合适的家庭学习活动环境，如没有准备专供孩子学习生活的空间；家中麻将声、电视声、大人争吵声不断；家长没有安排好由谁每天具体指导孩子认字、识数；家长没有充裕的时间和精力对孩子进行早期教育……

许多家长由于工作辛劳，没有时间认真仔细地学习早教理论；或者在没有调整好自己心态的情况下，匆匆忙忙地对孩子进行认字、识数的指导，因而在指导教育的过程中，出现急躁、简单、机械化、呆板甚至强迫性的教学态度和方法，不能使孩子始终处在快乐、积极、

兴奋的状态中完成学习，从而导致孩子出现厌烦数字、厌恶学习等问题。

2.家长对3岁前孩子的教育要有正确的认识

（1）设定目标不要脱离实际

成功的早期教育是与良好的家庭环境和家长的高素质分不开的。想让孩子顺利地走出早教“瓶颈”，只有不断地改善家庭环境，提高家长自身的素质，这才是早教成功的关键。

同时，婴幼儿脑力的发展还不能适应学校里那样的课堂教学。家长要注意了解幼儿的心理特征，开展符合孩子心理特点和年龄特点的认字、识数教育活动。

（2）要注意孩子3岁前的心理特点

家长不能简单地强迫孩子认字、识数，而应在环境建设、榜样示范、启发诱导、活动吸引、趣味游戏、鼓励表扬等方面下工夫。家长应不拘于形式，从印象记忆、情境领悟、本能模仿等认知方法出发，让孩子玩中有学，学中有玩。家长一定要在孩子的兴趣范围内，开展对孩子的认字、识数早期教育，这才是明智的，也是唯一正确的方法。虽然孩子每天只有几分钟的时间学习认字、识数，但需要家长提前做好充分的准备工作，多开发教育方法，多准备几套教育方案，然后在实践中精心、灵活地安排实施。

（3）全面丰富孩子的精神生活

对孩子开展的早期教育，如果只是单一的认字、识数，不但不利于孩子的全面发展，孩子认字、识数、阅读的效率也无法提高。家长要从多方面丰富孩子的生活感受，因为缺乏生活感受的孩子，全面发展水平低，认字、阅读和识数的质量也会受到影响。

如果家长能够天天坚持培养孩子认字、识数的好习惯，使孩子学习的兴趣越来越高，而不是产生反感情绪，家长就是早期教育的成功者。因为早期教育中认字、识数的主要目的就是通过孩子的学习，来促进和提高孩子大脑的发育质量，开发孩子的智力。

（4）孩子2岁左右时出现厌学现象，不全是“真厌”

孩子2岁左右时，会进入一种“不平衡”的年龄阶段。这时期的孩子固执而别扭，他想什么就要立即得到。对他来说，让步、分享、采纳别人的意见都是很难办到的。孩子常常表现为情感剧烈、情绪变化无常，有时要他作个简单、清楚的决定都是很困难的。孩子常常在两种极端的情绪间摇摆不定，如“我要—我不要”、“我愿—我不愿”，常常令家长既焦急沮丧又无可奈何。虽然孩子的这种反抗与否定会使家长的教学困难重重，但这个阶段是孩子发育过程必不可少的一个过程。这一阶段是孩子从婴儿期发展到幼儿期的必经过程。

针对这种情况，家长要利用好孩子“我愿意”、“我要”认字识数的短暂时间，立即诱导孩子进行学习。成功的早期教育关键是家长要有耐心、长期坚持，以达到孩子养成每天爱学习的习惯。在孩子2岁的“不平衡期”中，家长应对认字、识数的教学内容进行及时调整，千万注意“欲速则不达”，决不可强制孩子完成家长设计好的任务，孩子一般对一个生字还要有1~3天的消化吸收?程。在扩大生活和游戏教学方法内容的同时，更要采取灵活多变的教学方式，严格控制每天1~2次，每次5~8分钟的教学时间；严格掌握认字、识数的量，避免孩子出现厌字、厌数问题。一定要做到在孩子还没有表现出反感情绪时，就下课，小心翼翼地让孩子度过这个不平衡期。孩子到3~4岁时，就会自然而然地进入认字、识数的高峰期。

3.对孩子早教的调整过程，也是家长提高早教素质、个人修养的过程

在我多年的早教工作中，有很多家长感到孩子认字、识数的量很不好掌握，既怕孩子“过量”产生反感，又怕“量小”达不到效果。掌握孩子各个时期认字、识数的合理量，对于缺少经验的家长来说确实是一个难题。

给1~3岁的孩子定一个早教的量，并不是一个简单的问题，但是对于缺乏早教经验的家长来说这个问题却又非常重要。在这里，我仅

为家长提供一个合理的“建议量”以供参考，请家长在把握孩子早教的“量”之前，先认真仔细阅读完本书第一章家庭是儿童早期教育的第一课堂，以及本书关于孩子运动、语言、个性、数学等方面能力培养的相关内容，再根据我给出的“量”，结合孩子的具体情况，开展具体的早期教育工作。

当孩子认字、识数出现“厌学”现象时，建议立即中止诱导教学。让孩子在忘记“字、数”的同时也忘记“厌”。当然，对于已经非常辛苦教孩子的家长来说，这是一件非常沮丧的事。教育孩子没有一吃见效的灵丹妙药，它是一种综合开发，是多种因素综合作用的结果，而家长本身是第一位的影响因素。只要认真领会儿童心理，有从零开始的决心，以兴趣作为教育的起点，从头学起，耐心坚持，孩子会在不长的时间内，再次步入认字、识数的快车道上来。